পীনবিরকপা ৱা'মতং

শ্রীযুক্ত ওক্রম ইবোমচা সিংহ কবিরাজনা ইবা য়ুমশাগী (Cattle) লাঙ্গৈঙ্গেং লাইরিক অসি মকোক্তগী লোইবা ফাওবা পাজরে। মরু ওইনা শলশিংনা নাৰা লায়না (disease) অমস্তুং লাইওগী মবমদা শুগাইনা ইবা লাইরিক অমনি। লায়না অমস্তুং লাইওশি অসিদগী শলশিবু করম হায়না লাইয়েবিগদগে অমস্তু কবন্থা হিদাক থাবিগদগে হায়বগী মরম পুন্নমক আয়ুর্ব্বেদগী নিয়ম মতুংইন্না নিংথৌজনা তাকপিরি। লাইরিক অসি গো-বক্ষাগী মরমদা মৈতৈ লোন্না ইবা ইহান হানবা লাইবিক্লি। তাইব মীগী সেবাগীদমক পোকচবকলবা অমস্তুং সেবা অতু তৌনা তৌনা মথৱাই থাজবা শলগুম্বা অতোনবা জীব অমগী মরমদা ইবা লাইরিক অমনি হায়বা খল্লুবদা পুক্লিংদা থুক লাওবা তমা পোকই। শলগী দবকাব য়াম্না বন্না লৈবা অমস্তু শলনা জীবিকা ওইবা লওয়াই থওয়াইগী স্কুলশিংদা লাইবিক অসি Text Book অমা ওইনা লৌখৎপিদুনা অভাংশিংদা শলগী লায়না অমস্তু লাঙ্গৈয়েগী মরমদা Systematic teaching অমা পীরবদি য়াম্না কান্নগনি হায়না খল্লে।

শ্রীৱাহেংবম মনিহার সিংহ
হেড মাষ্টাব, নম্বোল হায়স্কুল
১।১।৫১ ইং।

হীরম-লামায়

অহানবা পন্দুপ

অনিশুবা পন্দুপ

য়ুমশাগী লাঙ্গয়েং-লাইরিক

অহানবা পন্দুপ

শামুকি—লাঙ্গয়েং।

"নমো গোভ্যঃ শ্রীমতীভ্যঃ সৌরভেয়ীভ্যঃ এব চ।
নমো ব্রহ্মসুতাভ্যশ্চ পবিত্রাভ্যো নমো নমঃ"॥

হিন্দু শাস্ত্রকাবশিংনা শল (শামুক) হায়বা জাৎ অসিবু (গোজাতিকে) সত্যযুগতগী ওসি ফাওবা অসিদা লাইগুম্বা অমা ওইনা পূজা তৌনবি। মগোযগী রাখন্দা শামুক অমেম্মবু ইমাগুম্না থন্নে। শামুক শনবী অমগী মশাদ লাই কোটি ৩৩ লৈ অমসুং শল অমোমগী সেবা তৌবগা মীওইবগী ধর্ম্ম অর্থ, কাম, মোক্ষ, বর্গ মবিসিগী ফল ফংই হায়নৈ। মসি য়াম্না মুন্না খঙ্গিন্দুনা য়েংলুববদি যাম্না চুমই, মবমদি ইমা হায়বিতুনা ঐখোযগী য়াম্না কান্নহল্লি, ইমাগী খোমলাং থকতুনা ঐখোয়না থরাই হিংলকই, হকচা নোই পেল্লি, ঐখোয়বু য়োক্পিবি, অমসুং নোংম নোংমগী চাওখৎলকই। অতুগুম্বা শলগী শঙ্গোম চা-থকতুনা ঐখোয়না হকচাং ফনবি। মীওইবনা পোকপদগী শিগদবা মিকুপ অমতা ওাইববা ফাওবদা অতুদগী হেন্দোকতুনা শিববা মতুং ফাওবদসু শলগী শঙ্গোমচিংবা চংদবা য়াদে।

নিংথিন পত্রপ্রবাদ শলন কান্নবা অসি শঙ্গামতগীস্তু নত্তে শলগী শান্তনা শি থানৈ লৌফমগী হাব ভূতনৈ, হিন্দুশিংগী যুম খুদিদা অমা অশেংগী মবম অমস্তু হকচা ফননবগী মবমদা ঙমিং খুদংগী চদবা যদে। শামু, ইরোই, শগোল-নচিবা শাশিংগী মথৌদ মীওইবগী হকচাংগী মবাদ। মাওননবগী মশক ওন্ত, হিবম অৱৈতদ শিংজিন্নকমস্তু লৈতে। তৌইগুন্নস্তু শাংনক্কা মথৌদ মীওইবগী হকচা নী হিদাক অমস্তু হকচা দা ফত্তব মখিরবা ...ওদনবগী মবমদস্তু শিংজিন্নবা, মতুংগী প্রমাণদ হিন্দুশিন অশিবগী সম্বন্ধ বনচবা চংলক্না শাইনা হকচা শৌদোকই। শামুক্কি মনাংনা মীওইবগী অনাবগী তায়বাদ থাবাক, পৈ, কৃষ্ণ ইশিংখাকম, পুকনাব, খাঙাম্ব, যক্ষ্ম, কুশামথুব ওলগী লইন, মিং নাপু কাব হকচা চিকনুঙবা, মিংনাব, অহনবনচংগী হিদাক মবমদ যান্না কান্নব পাং অনানি হয়ন ইরুনদ শাস্ত্রকবা শনবা য়ান্না থাগৎনবস্ম। শলগী নউন, শক্ম মচা, খুজল, অমস্তু মতুংগী মীওইবগী ঙমিং খুদিং শিংজিন্নবা খোউপ, পু, শমাজং চটিন মচাক চুবা মতৌচব পাংচ কয় কধাপ্ত শনব

লৌউবগী ওথোল কোইবগী মবমদস্তু ঙমিং খুদংগী পঙ্গল ওংবব থাদোকপা শুকয় য়াদ্রব পাং অমান। মবম পুন্নমক অসিনা শন্না তাযববদা মীওইনা হিংবা তাববদা। শল হায়ব জং অসিবু ঐগোযন যান্না লুনা সেবা তৌফম থোকপা অমস্তু মখোয়গী লমন তোনাশন্দবা যাদ্রবা পাংশক

অমনি হায়বদা থোয়না লাপ্লোই।

আর্য্য ঋষিশিংনা শলগী সেবাগী মরম (ব্যবস্থা) অসি যাম্না লুনা তাক্লমই। বৃন্দাবনচন্দ্র শ্রীকৃষ্ণনা কালিন্দাগী তেববান্দা গোবর্দ্ধনদা শক্তিনুত অমা ওইনা শল শেন্দুনা শল হায়বা জাৎ অসিগী সেবাগী লমজিং বা ওইবিবস্মি। অংগা থাউনদগী চৌন তিদুতনা শলবু লুনা সেবা তৌবকপা নাত্তে। মমা ছৈগী ইতিহাস যেলুববস্তু অতৈ অতৈ লৈবাক্তুস্তু অমস্তু জাৎ অতৈগী মনুদস্তু শল হায়বা জাৎ অসিগী সেবা অমস্তুং শলবু চাংনব যাম্না চাকশিন্নবমই। মিশব লৈপাক্কী থাইনগী লাইশংশিংদা শল যাম্না যেকতুনা লৈবমই। মিশব লৈপাক্কী মাশিংন শলবু লাইগুম্না সেব তৌবমই। ইতিহাসতা মগী প্রমাণ লৈ। ইলণ্ডদস্তু থাইনগী ধর্ম্মযাজকশিংনী মশাদা শন লাব যেকপ ফাংজেৎ শংলমই। যবন শাহেংদা পোক হুনস্তু দিল্লাগী মনুংদা ওইবস্থা সম্রাট আকবর সাহনা গঙ্গাজল, শনাথ অমস্তু শনবু অশেব সেং অমনি হায়না ভক্তি অমস্তু লুন তৌবমই।

মবন পুন্নাপ অমং [illegible] হায়বন শাস্ত্রক শনশিংবু ইমা অমস্তু ভাবনা থাগত্নবা সেব তৌবা বান। শল হায়বসিগী মশাদা থেংকপা পোৎ মখোই [illegible] নৈছেদস্তু শিবগস্তু কান্নবা নত্তনা ছন্দোকপা যাবা পোৎ লৈতে। শাস্ত্রক্ক শন্থি, শনয্, শাঙ্গম, ঘা, শঙ্গোম অফস্থা অসিন চব পুন্নমক ঐখোযগী শিংজিন্নবদা চৎবা হকচা গীস্তু কান্নবা ওক্তেনি। মবম অসিনা অসিগুম্বা

য়াম্না কান্নখ্রবা শলগী জাৎপু চাওখৎনবা নিংথিনা সুনা সেবা তৌদ্রবদি ঐখোয়গী অমাঙবা ওইবতা নত্তনা থোইদোক্লা অরাবা, অপঙবসু ওইরবনি হায়বদা লাল্লোই।

ভারতগী শল হায়বা জাৎকী মহৌশং ভাথরক্পগী মরম।

মমাংঙৈদা ঐখোয়গী ভারতবর্ষদা লৈবম্বা শলগী মশিংগী শরুক চামগী শরুক অমরুমদা হৌজিক্কি ভারতা লৈ হায়নরি, মসি করি মরমদগী ওইরক্লিবনো। হায়বসি কনানসু খঙ্হনদ্রবা য়েংশিন্নদে। শল হাৎতুনা চাবা, শঙ্গেনবু নিথিনা লৈবক্তবনা শলগী মশিং হন্থরকপনি হায়না অয়াম্বনা থম্লরি। তৌইগুম্বসুং মুন্না খন্থহনা য়েংলুরবদি আনমক অসি অমতা নত্তে। শলগী লাঈয়েংবিদবা অমসু, নাবক্লবদা লাঈয়েং ওন্নবনা শল য়াম্না শিমনবনা হৌজিক্কি মতমদা শলগী মশিং হন্থখ্রিবনি।

শলগী মাইবা অসি শুপলৈ লৈরকত্রে হায়বা য়াই, মরমদি হৌজিক্কি চাওখৎলক্লবা মতম অসিদদি থুন্নক্কি শলগী মাঈবনি হায়রবদি কনানসু থৌশাবিদে, শলগী মাইবনি হায়বদা নোক্লনিংবনা য়ামই। তৌইগুম্বসুং মসি য়াম্না লাল্লি। শলগী লাঈয়েংবা মাইবনা মমাংঙৈদা হায়নিংঙাই লৈতনা কান্নরম্মি। শল্ল হেক নাবগা মাইবা কৌরুহনা য়েংহল্লগা হেক্তা ফনরমই, মরম অহুনা মাইববুসু লুনা তৌনরম্মি, অমসুং মাইবসু লৈরমই।

হৌজিক্তি শলগী মাইবস্মু লৈত্রে, শল নারকপদা মীনা হায়বা হিদাক খরা তৌরগা ফরগা ফরে ফত্রগা শিজরে। কনাগুম্বা মাইবনা থরাই য়াওনা হোৎনদুনা শল নাবা ফরবস্মু মতিক চানা অরামন পানিঙদে। মরম অদুনা শলগী মাইবা লৈরক্তে।

সরকারনা শা শল লাঈয়েংনবা সহরদা ভেটিনারি (দাতব্য পশুচিকিৎসালয়) শাগী লাঈয়ে-শঙ অমমম থম্বি। লরাই থরাইদা শল য়াম্না লৈবা মফমদদি থম্বিদে। লৌউবনা লৌ কন্না শুন-রক্লবা নম্রগ শুরমদাইদা শলগী অচৌবা লাঈনা (এপিডিমিক) ওন্থোক ওন্থোকপা লাকতুনা শলগী শঙ্গাল মুৎনা মুৎনা শিনবা য়াওই। কনাগুম্বনা রিপোর্ট তৌরুবগা শলগী ডাক্তর লাকতুনা শল থরদং হিদাক কাপ্পিরম্মি। করিগুম্বা মফমদা শলগী মতিকচাবা লাঈয়েংবা ফদবনা নাবতবু নারবদি শল, ইবোই, শগোল, হুইনচিবা অয়াম্বা শিবনা নমই। মরম অসিনা থাইনা মমাংঙৈদগী হৌজিক্না ভারত্তা শলগী মশিং অম্মুক হন্থবকপনি।

শল, ইবোই মতিকচানা সেবা তৌদুনা নোংই পেনহন্দুনা মপাঙ্গল কনহনগদবনি। শল শনবী, ইরোই অমোম্না নোংই পেল্লগা য়াম্না অহল ওইরবা ফাওবা মচা য়াম্না পোকই। শল ইরোইগী জাৎ অসিনা শিন্দুনা মপাঙ্গল কন্না, য়াম্না লৈরগা ঐখোয়গী হিরম পুম্নমক্তা য়াম্না চাওখৎপা ঙমই। লৌউ-শিংউবগী মরমদস্মু য়াম্না চাওখৎতুনা মতিকচানা মহৈ মরোং থোকহনবা ঙমই।

হৌজিক্কি যুগ অসিদা মীওইবগী লাঈনা অঙক অঙকপা নোংমা নোংমগী হেনগংলকপগুম্না শল ইবোইগী লাঈনাসু অঙক অঙকপা অনৌ অনৌবা য়াম্না থোবক্লে অমসুং মতম ইনাই নাইদনা শল ইবেই পশিতা শিনবগুম তৌবকলে। অসিগুম্বা শল ইবোইগী অনাবা আসদগী খবা কনবা ঙম্নবা লাইবিক খবা খবা পাবা ঙম্বা মীনসু অনাবা মশক খঙনা হিদাক তৌবিবা ঙম্নবা হায়না "য়ুমশাগী লাঈয়েং-লাইরিক" হায়বা লাইবিক মচা অসিমতং ইদুনা ফো জবি।

ঐনা ইজবিবা লাইবিক মচ অসিনা শল অমসু ইবোইগী অনাবদা থোইদোক্লদি "গোজাত" ইমাগী সেবাদা খবদং কান্নবা ঙমলবদি ঐগী নোমজমল মহৈ য়াল্লে হায়না নিজগনি।

নম্বোল, শ্রীবিক্রম ইবোমচা সিংহ,
১।১।৫১ ই। কবিরাজ (আয়ুর্ব্বেদ) এম-বি, (হোমিও)।

শলগী মপুক কংখৎপা লাঙ্গনাগী লক্ষণ অমসুং হিদাক।

শলগী মপুক কংখৎপা হায়বসি মওং ৩।৪ থোকই। লক্ষণ অতু মুন্না য়েংলগা মগী তৌরিবা অতুগী হিদাক মুন্না য়েংতুনা পিজগদবনি। মতুদি— (ক) চুম্না মপুক মুংশিং কাতুনা ময়াংলেন ফাওবা কংখৎলবদি মখাগী হিদাকশিং অসি পিজরগা ফে। মতুদি ঃ—

১। কদম মনাগী মহি ।৵৹ পোয়া মখাই অমা লৌতুনা অমুক্তুং পিথক্লবসু ফে। মসি নপ্রগা চিনি অরিবা (পুরাতন গুড়) পোয়া মখাই অমগা য়াইডং অশংবা মকুপ ।৹ ছটাক অমগা য়ান্নতুনা পিজববদি শল মথি-মযুং হান্দোকই, মপুক কংখৎপা ফে। নুমিৎ নিনি হুমনি শজিক অনৌবা জাৎ অদু খরা খরা য়াৎনা য়াৎনা পিজগদবনি।

(খ) চনিঙদা কংখৎপাঃ—

লক্ষণ- চনিঙদা কংখৎলবদি শলগী স্বর তোইনা হোল্লি, মথি মযুং ফাইনিংবগুম মপুক থিনবগুম তৌই। মপুক খরা চাওখৎলি, মনা লেকথৈ, মমৈ কয়া হাইনিংদে অমসুং হাইবসু ঙমদে। করি করিগুম্বা শলনা মথি মনম নমথি অমসুং ঈ খজিক খজিক য়াওবগুম্বা মথি খজিক খজিক্তুং ফাইগল্লি। মসিগুম্বা লক্ষণ অসি তৌরবদি মখাগী হিদাক অসি পিজরগা ফবা য়াই। মতুদি ঃ—

২। শিংখা মকুপ তোলা অনি, সৈন্ধব লবণ /।৶ পোরা অমা মথাই, কন্তুক মকুপ তোলা ৪ মরি, ক্ষরি মচং ১/২ ছটাক মথাই অমা, চিনি (গুড়) অরিবা পোরা মথাই, গোল-মরিচ ১০ গী মকুপকা পুন্না য়ান্নরগা লুম্বু লুম্বু শাবা চবোল সের অমদা নৈথাইরগা পিথক্কদবনি। অম্সুম তৌরগা শল অত্থু মথৌ ফাইদোকতুনা থুনা ফৈ।

(খ) নোংচুপকী লাঈনা (সিমলা রোগ):—

মরম— অহানবদা শলগী নু শিং কাহুনা চাকথাও কংখৎ-লক্লগা লাঈনা অসি পোকই। নিয়ম কাইনা চাবদগীসু লাঈনা অসি নাই। মতম খরা শজিক কংথিহুনা শল অয়াম্বা মপুক থন্না চাবা ফংলমদবদগী নো জু-থা হৌরকপদা শজিক্ক অনৌবা এনিং হুল্লকপদা শজিক হানৌ য়াম্না চাশিল্লগা লাঈনা অসি পোকই। শল্লুপকী মনুংদা অয়াম্বা শলশিংনা লাঈনা অসি তৌগল্লি। মরম অসিনা মসিসু অচৌবা শলগী লাঈনা (মরাই তাবা) অমগুম্বনি।

লক্ষণ— লাঈনা অসি নারবদি শলগী ওইথংবা মপুক লোমদা কংখৎলি। খুদোনবীনা কাপতুনা য়েংবদা চাক-খাওদা নু শিং য়াম্না হান্দুনা লৈবগুমই। শলগী স্বর হোনবদা রাই, গ্রে গ্রে হাইবা মখোল য়াওই। ‐মনা তিংনা লেপ্পা রাই, মঙক পুবা ঙমদে, লেং খোৎপা ফাওবা ঙম্লক্রবগুম তৌই। অহুদগী মপুক কংখৎলকপা হেনগংলকতুনা লেপ্পা ঙমলক্রুহুনা তুথরকই অমসুং স্বর থিংহুনা শি।

ক'র করিগুম্বদা লাঈনা অ'স হক মশক খঙবা ভূমদত্তনা অৈত লাঈনা ওইরবোই নিংই। অদুগা য়াম্না থুনা হেক্তিল্লকপা মতৌ অদু উরগা মনু থকপা নত্রগা তু চারকপরা হায়না নিংই। অমাবা অকনবন পুং ১ দগী পুং ৬ ফাওদ শিং, অয়াম্বদি পু ৮ দগী পু ১২ ফাওবদম্ব শিদবা য়াই। লাঈনা অসিনা শলগী মপুক য়াম্না কাখৎপা ফননবা মখাগী হিদাকশিং অসি পিজগদবনি। মাহুদিঃ—

১। শিংখ মকুপ ছটাক অমা, গোলমরিচ মকুপ ১।০ সিকি মচাগী মরূম, য়ু কালৈ পোর, মখাই অম য়ানশিল্লগা ঈশিং অশাবা ৴॥০ সের মখাই অমগা নৈখাইত্তনা পিথক্কদবনি। হায়রিবা হিদাক অসি মপূ ফাদ্রিবা শনাওগাদি তখাই পিজগদবনি। হিদাক অসিনা কান্নরবদি ওাইহাক নৈরগা খেগৎলক্কনি; খরা য়াম্না খেগৎলক্লগা মপুক কাখৎপা স্বর রাইচিনবা ময়েং তারক্কনি। হিদাক অসিনা কান্নদত্তনা স্বর থিংগদবগুম তৌরক্লবদি মখাগী মথা ফাইদাক্লবা হিদাক অসি পিজগদবনি। অসিগুম্বা অবস্থা অসিদা থাও থাদুনা চাক-খাওদগী মুংশিং লৌথোকপনা ফৈ 'অতুবু হিন্দু ধর্ম্মগীদি তৌদে।

২। চিনি (গুড়) ছটাক অমা মখাই, কন্তুক মকুপ ছটাক অমা মখাই, থুম ৴৵০ পোরা মখাই, শিংখা মকুপ ১।০ সিকি মচাগী মরুম, মসি ঈশিং অশাবা সের অনিদা নিংথিনা নৈখাইরগা ইংহল্লগা পিথক্কদবনি। চিঙ্গাক্লা শঙ্খিক অশংবা খজিক খজিক্কুং পিজগদবনি।

চ্যেকশিনগদবা মরমঃ— শল্লুপকী মন্নুংদা শল অমদা লাঈনা অসি তৌরক্লবদি শল অতৈ অহুস্থ চাবদা য়াম্না রাংনা পিজগদবনি।

(ঘ) লাঙ্গনা ভাং অমনা (সিমলা রোগ)

লক্ষণঃ— শল অহু মকোক থাংগৎনিংদে মকোক লমই, শগুপ শাইবস্থু খ্বাইগা মান্নদে, মখোং শেকই, লেপ্পা চৎদে, মনা তরেক তরেকই, চেপা মতমদ মখোং নাম শেকই, করিগুম্বদা মখোং অনিমকস্থু শেকই, শজক করা চানদে, মথী মযুম্স্থু য়াম্না লিকই। মসিস্থু নোংচুপলোমগী লাঙ্গন জাৎ অমনি (সিমলা)। হায়রিবা লক্ষণ অসি তৌরবদি মথাগী হিদাক অসি পিজগদবনি।

১। তিলহৌ ছটাক অমা (নিলাগী অচৌব জাৎ নত্তে) খরমি তীল অম, সন খোংনাংগী মরা তালা অমি, বোংবোই পাম্বিগী মরা তেল অমিগ তকথাইদুনা পিজগদবনি।

অশেকপ মখো অদা মথাগী হিদাক অমিগী অশাবা মহী অমনা হিগা য়েগদবনি। মহুদিঃ—

২। শনথা (গাবব) ছটাক অমা, অঙ্গাং মন ৪।৫ গা ইনাং সেং অমগা রু ইথু মখুনগী (মখুন মনাক্তা নিনখৎপা) লৈপাক ছটাক অমগ কুংহলগ অশাবা মহি অমনা শানা শানা হিগা য়েবিগদবনি।

৩। টাপিন থাঙগা কর্পূবগা য়ান্নদুনা মখোংদা তৈবিরবস্থু (নোইদুনা) ফে।

৪। শলগী মকোক য়াম্না লূমলবদি চকু অহনবা অমদা তোবরোৎ মবী অকংবগা, শেবোৎ মশু নাহাবগী মকুগ, (ঝিঙ্গা অরিবা) মকুগ হংগাম মখোক অকবগা য়ান্নহুনা হাপলগা শলগী মকোক মনাক্তা লৈরঙ (চেক মতেক্কুন্বনা) শেমহনা চকু অড় থাঙ্গৎহুন মৈ থারগা মৈখু য়াম্ন কারকপা অড় অনাবা শল অড়গী মমিৎতা মমাইদা য়েংহল্লগা শলগী মমিৎ অমসুং ময়াদগী ইশি থোক্কই মসুম তৌরগা শলগী মকোক লম্বা অড় ফবকই। চকুগী হিদাকশিং অড় মৈখু কার-ম্বদগী মৈ হৌবক্লবদি য়াই চাইশিন্দুনা মুৎথৎকদবনি। অনাবা শল অড়ুবু শজিক অনৌবা খব খর পিজগদবনি।

করিগুম্বা হু চারকপা নত্রগা খেমজিনচিংবা পিজরকপগী হিদাক।

শলনা করিগুম্বা হু চাবক্লবদি মড় থুনা ফননবা হোৎন-হৌদ্রবদি শল অয়ম্বন শিগল্লি। কনা কনাগুম্বনা হায়নৈঃ— হাউনা নত্রগা মুচ শনা শাজক্তা খেমজি, কুচিলানচিংবা হু চাইশিন্দুন শল শিননবা হোৎনৈ। নত্রগা করিগুম্বা শলশিংনা কেগে মনা মক্কন চবা চারুবদগীসু নারকপা য়াই।

লক্ষণঃ— করিগুম্বা হু চারবদি শল অড় কোঙ্গোল-গুম্বা মতিল চোথরকই, শজিক চাও হায়বা য়াদে। শলগী মশা অড় তনিক ত্তনিকই, চনিঙদা য়েকই, খুড়ুংগী মখোংনা মপুক্তা খোৎলি, মচিনা মপুক্তা তকই, ঈশিং য়াম্না খৌরাংই,

ময়াঙ তেকখোকতুনা য়াঙলামদা চিংবগুম তৌই, মচিন্দস্থু খোংবগুম মখোল থর থর থোকই, মতু ইপোল পোল্লি।

লাঈয়ে

১। শিংখা মকুপ সিকি মঙাগী মরুম, তিসিগী থাও ।৴০ পোরা অমা, অমস্থুং কস্তুক পোর মথাই অমগা পুন্না তিন্নরগা চবোল ।৷৹ সেব মথাই অমদ নৈখাইরগা পিথক্কদবনি। মসিনা শলনা করিগুম্বা ক্ত চাবকপগী লাঈনা ফগনি।

চোকশিনগদবা (চিস্থাক):— শগোল হরাই থরা ফুংতুনা চবোল থরগা পিথকপ (অনঙা)। নত্রগ চবোল থবা শরা শাবা অত্থ (অনঙবা) পিজবা য়াই। মপুক য়াম্না নাবদগী মতৌ অত্থ কোকাত্রবা অমস্থ মপুক ময়েং থরা তাদ্রিবা ফাওবা ঈশা পিথক্লোইদোবনি।

শলগী মপুক থিনবগী লক্ষন অমস্থুং হিদাক।

শলগী লাঈন অসি তৌরবদি মথৌ ফাইদে, ময়ুংদি হাল্লি, করি করিগুম্বদস্থু ময়ুংস্থু হান্দবা য়াওই। য়াম্না থিল্লবদি শল অত্থ লেপ্প ঙমদে, মখোং মরি তিংখোকতুনা ফ্রোং ফ্রোং কাওই।

১। কদম মনাগী মহী ।৵০ পোরা মথাই অমগা চিনি (গুড়) অরিবা ফংদ্রগা অনৌবা ।০ ছটাক অমগা য়াম্নরগা পিজরবদি ফৈ।

২। যেনশিন মনা থরা নিংথিনা চামথোক্লগা মহী অত্থ লৌতুনা শলগী মমিত্তা হাপ্পিরবস্থু মপুক থিনবা ফৈ।

মথী পেৎনা ফাইবা লাঈনাগী লক্ষণ অমসুং হিদাক।

শলগী মথী পেৎনা মহী লাংনা ফায়ববদি খুদক্ অতুমক্তদা ফননবা হোৎনদ্রবদি শল য়াম্না শিগল্লি।

লক্ষণ ঃ— মুশিং খব খর য়াওন মথী পেৎনা মহী লাংনা ফায়বা হৌরকই, তৌইগুম্বসুং য়েকপা অমসুং শংবা তৌদ। শজিকসু চাই (লামই) শগুপসু খর খর শাইবগুম তৌই, শঙ্গোমসু থোক্লক্কে, মশাগী ফাভমসু খর শোন্থনা উই। মুমিৎ খর কুইনা মথী পেৎনা পেৎনা ফাইরক্লবদি মথী ফাইবদা খর খর শংলকই, অমসুং ময়াঙসু কোল্লকই, অমসুং মথীদা ঈ খর খর য়াওরকপগুম তৌই। অমুম তৌরক্লবদি শলগী শনজেনকম, শজিক অমসু ঈশিং খর ওনবা ফৈ।

হিদাক।

১। শলগী মথী পেৎনা ফাইরবদি নোংমা নিনি য়াগী মনা ঙাক্তা পিজরবসু ফবা য়াই।

২। কবোখজী মকুপ তোলা অনিমথাইগা চা পাম্বী অকবা মকুপ তোলা অনিমথাইগা, যু (কালৈ) ছটাক অমগা, শিংথা মকুপ সিকি মঙাগী মরুমগা, আফিং ।৵০ শিকি অনাগী (শল ১॥০ গী) মরুমগা ঈশিং /।৵০ পোরা অমা মথাইগা য়ান্নহুনা পিথক্লবদি মথী ঈশিংগুম্না ফায়বা ফৈ। মথী পেৎনা ফায়রুবা শলবু মথী পেৎলোইদোবা শজিক য়েংহুনা পিজগদবনি ঃ

মথৌ ঈশিংগুম্বা লাওনা ফায়বা ফরবদি, মুমিৎ খরদং ঈশিং পিথক্তনা চফু চবোল খরা পিথক্কদবনি। শল অতুনা ময়াও য়াম্না ক লবা অমস্তুং মপাঙ্গল শোল্লবদি নোংমদা অমুক নত্রগা অমিরক মখাগী হিদাকশিং অসি পিজগদবনি। মতুদিঃ—

৩। গোলমবিচ মকুপ সিকি মঙাগী মক্কম, শিংখা মকুপ সিকি মঙাগী মক্কম, থুম সিকি মঙাগী মক্কম, শাবল ম র থ। মকুপ সিকি মঙাগী মক্কম, পাখোন মক্কগী মকুপ সিকি মঙাগী মক্কমগা নিংথিনা মকূপ লৌবগা য়াম্লমুনা মতুগী তংখাই নত্রগা ১ ৪ (মরি থোকপগী অম) শরুক অমা চিনিগা য়ান্নরগা চবোল অশাবদা নৈখাইরগা পীজগদবনি।

২। মথৌ পেৎ পেৎ ফাইরকপা কুইরবা মশাস্থ খরা শোল্লক্রবা অতু ওইবগা মখাগী মশা কন্নবা হিদাক অসি পিজগদবানি—

মুংশিল চংনি মাপনগী মক্কমগা ঈশিং সের মখাইদা নৈ-খাইরগা পিথক্লবস্থ ফে।

ঈতোল ফাইবা লাঈনাগী লক্ষণ অমস্তুং হিদাক।

শলগী জাৎ অসি মথৌ পেৎনা মহি লাঙনা লাঙনা ফায়রকপা মতমচানা ফননবা হোৎনহৌদ্রবদি তুংদা ঈতোল ফায়রকই। ঈতোল ফায়বা হায়বসি হৌবকপদা ফননবা হোৎনহৌদ্রবদি মুমিৎ খবা কুইথ্রবদি ফবা ঙমগন্দে। অতুগা শনাওগী ঈতোল ফায়বদি শঙ্গোম য়াম্না থকমল্লগা শনাও অয়াম্বা ঈতোল ফায়গল্লি।

লক্ষণ ঃ— মসি মথীদা ঈ য়াওরকই, য়েকই। শল অতু ময়াঙ য়াম্না ক.শিল্লকই অমস্থুং শোন্থরকই। মপুক্তি লাম্মী অতুবু, মহৌশা শগুপ শায়বগুম্না শায়বা ওমদে। কুন্দুনতা অয়াম্বা লৈ, হৌগৎপা ওমলক্কে। মনা, মনাতোন, অমস্থুং মখোং ইংই, মমিৎ কুৎশিল্লি, মতু চুংই, মতম খরগী মন্নুংদা ময়াঙ য়াম্না ক.শিল্লকই।

হিদাক।

১। আফিং চংনিং ১৮ গী মরূমগা, ফিটকিরি ছটাক মখাইগা, খরিমাটি মকুপ ছটাক অমগা পোৎ অহুম আসি য়ান্নরগা অহানবা নুমিত্তা অহুমলক অতুগী মতু, নুমিত্তগী নোংমদা অমুক অমুক্ত পিথক্কদবনি। কুইদ্রিবা নোংমা নিনিদা ভাইরিব অনাবা শুইরগা অহানবা নুমিৎতা অনিরক মতুং নোংমা কোনবদা অমুক্তং পিজ্জরগস্থু অনাবা অতু ফৈ।

অনাবা ফরবা মতু.দা শল অতু য়াম্না শোনবা অমস্থুং কংলবদি মখাগীমপাঙ্গল কননবা হিদাক অসি পিজ্জগবনি। মতুদি—

২। থুম ছটাক অমা, শিংখা মকুপ সিকিগী মরূম, গোলমরিচ সিকিগী মরূম, শাবল মরিংখা মকুপ সিকিগী মরূম, পাখোন মরূ মকুপ সিকিগী মরূম, পোৎ ময়াম অসি নিংথিনা শুহুনা মকুপ লৌরগা চিনি (গুড়) ছটাক মখাই অমগা য়ান্নরগা চবোন লুম্বু লুম্বু শাবা খরগা য়ান্নহুনা পিজ্জগদবনি। নুমিৎ মরিনি নোংমগী অমুক অমুকতং অশুম তৌনা পিজ্জরবদি অনাবা ফৈ।

চিঞ্জাক ঃ— অথবা নত্রগা অকনবা শজিক পিজবা ফত্তে অমস্তুং মনপ থাবা পাং, থাওথি পিজরোইদৌবনি।

শনাওনা ঈ ফাইবগী হিদাক।

মপী লৈত্রবা শনাও নত্রগা মপী লৈরিবা শনাওগী মথী ঈ ফায়রবদি, চোদবা শঙ্গোম পোরা অমদা লাইবিক য়েংবা কবোক তিংজুনা নুমিৎ ৯।১০ নি পিজববস্থু কৈ।

১। পোকপা থা ৬ শুবা শনাওগী মথী ঈ ফায়রবদি চফু চবোনগা লৈবঙগী লৈপাক অঙাংবা তজুগা নৈখাইরগা পেথক্কদবনি।

মখাদা ইবিবা হিদাক অসি পিজববস্থু মথী ঈ ফায়বা নত্রগা মযু ঈ হানবা কৈ।

২। তৌনশিবি পাম্বৌগী মচৈ অনৌবা তোলা অমা, নিংথৌ-খোলি তোলা অমা, নিম পাম্বৌগী মকু তোলা অমা, মসি নিংথিনা শুগাইজুনা তক্লগ লানা য়োমজুনা পিজগদবনি।

লাইথোকপা লাঈনাগী লক্ষণ অমস্তুং হিদাক।

মসি য়াম্না অকিবগী মশক ওইবা শিগনবা অমস্তুং লৌনগনবা লাঈনানি। শল অমতংগী লাইথোকপা লাঈনা অসি তৌ-রক্লবদি শল্লুপ অপুম্বা মথং মথং লৌনরকই। লাঈনা অসিনা নাবা শল ১০০ গী মন্নুংদা ৫০ দগী ৯০ ফাওবা শিগল্লি। লাঈনা অসি নাবা শলগা অতোপ্পা শলগা শোক্ল-পন্নরবদি

পুং ২৪ গী মন্নুংদা নত্রগা মুমিৎ ২।৩ গী মন্নুংদা অনাবগী লক্ষন অদু তৌরকই। লাঈনা অসি উৎলকপগা অনাবা শল অদু মুমিৎ নিনিদগী চয়োল ফাওবা নাবা য়াই।

লাঈনা অসি ভারতকী মফম অতে অতৈদা মমিং ওস্তোক ওস্তোকপা কৌনৈ। মাদুদি ঃ—চট্টগ্রামদা বড়পীড়া, রাজ-সাহীদা ঢেরপা, পাটনাদা ডকরা, কাশীদা ভবানী, মাদ্রাজদা পেয়া, বোম্বেদা পিল্লনৌ নত্রগা নতা, অমস্মুং অত্রাং নোংচুপ থংবা প্রদেশদা গুটি নত্রগা চিটক হায়না কৌনৈ।

অহানবগী মওং ঃ—শলগী মনা লেকথরকই, মতু পোল্লি, ময়া ক্রক ক্রক চিকই, শজিক চানিঙদে, মরক মরক্তা ঈশিং খৌরাংই, তপ্পা তপ্পা শগুপ শায়, মশা ঈনা-নাবগুম তৌই, মরক্তা মপুক শিৎচিনবগুমস্তু তৌই, ময়া মন্নুঙ অদু খরা শাই। মথিদা লোককুম্বা তৈ, ময়াংলেন্দা নানবা, নম্বা য়াদে।

মরকী মওং ঃ—স্বর তোয়না তোয়না হোল্লি, লেংখোৎপদা রাই, ময়াংলেন অমস্মুং নারুমরাইদা নাই, শোকপা য়াদে, মশা অদু অমুক শাবগুম তৌই, অমুক য়াম্না ইংই, শগুপ শায়বা অমস্মুং মতিন য়োৎপদা য়াম্না রানা উই।

অকোনবগী মওং ঃ—স্বর য়াম্না নমথি, মমিৎ ময়া অমস্মুং মনাতোন্দা লোককুম্বা মনপ থোকই। করি করিগুম্বদা মনা-তোন অহোবগী মন্নুং মমিৎ মিৎপান অমস্মুং নৈগী মন্নুংগী মউন হুদোকই, য়ামাং নোমই মতম অয়াম্বদা য়ারিস্তু পোমই। মত্রিন য়োৎপা য়াম্না রাই অমস্মুং য়োৎপা মতমদা লোক

খুই, মশা অপুম্বা ঈংই, ঈ অমস্থুং লোক তৈবা মথি ফাই। স্বর হোন্দোকপা ৱাই, অমস্থুং গোঁ গোঁ লাওবা মখোল থোকই, মথী মহী লাউনা ফায়গল্লি, অয়াম্বা মতমদা শলগী ময়াঙলেন নারুম, নাকথংদা মত্রঙ মত্রঙ মতুম মচা মচা থোকপা উই, ওলাংথাদা মসিগুম্বা তৌরবদি হিংবস্থু য়াই, তৌইগুম্বস্থুং মত্রং মতুম অড়ু থোক্তুনা ইতোল ফাইবগুম তৌরবদি অফবা খুদম নত্তে।

মরুওইবা খুদম :—ময়া মম্নুংদা য়ারিদা অমস্থুং মশাগী মফম অতৈ অতৈদা মত্রঙ মতুম থোকপা, ঈ খরা খরা য়াওবা মথী ফায়। মমিৎ ময়া অমস্থুং মনাতোনগী মউন হুত্তুনা মাতুদগী নাই থোক্লপা মশা অপুম্বদা মত্রঙ মত্রঙ মতুম মচা য়াম্না থোক্লিবা মথৈ ফৈ।

লাঈয়েং

১। শলগী লাইথোকপা লাই হুন্দোরকলগা লাই মুম্ত্রি-ডৈদা তেরা মরূগী (বিচি) মকুপকা চিনিগা (গুড়) নিংথিনা তোংলগা লানা য়োমতুনা পিজগদবনি। অম্নুম তৌনা মুমিৎ হুমনি নোংমদা অহুমলক, অনিরক, অমস্থুং অমুরক পিজগদবনি।

তেরামরূ পিজবগী নিয়ম :—চহি অহুম হেল্লবা শলগী হিদাক অসি পিজবা অহানবা মুমিৎকী অহানবা পিজবদা তেরা মরূ ২৫, অনি শুরকপদা মরূ ১৮; অহুমলক শুরকপদা

মরূ ১০ পিজগদবনি। অম্মুম তৌনা শলগী (বয়স) চহি মতুং ইন্না শনাওগীনা মরূ মশিং হস্থনা পিজগদবনি। অহানবা মুমিৎতা অহানবা পিজবদা পিজবা মশিং অতুদগী অকোনবা মুমিৎকী অহানবা পিজবদা মরূ মশিং হস্থহনগদবনি। মাহুদি-অহানবা মুমিৎতা অহানবদা মরূ ২৫, অনিশুবা মুমিৎকী অহানবা পিজবদা মরূ ১৫, হুমনি শুবগী অহানবা পিজবদা মরূ ১০, অম্মুমনা মুমিৎ খুদিঙ অমস্থং পিজবা খুদিংগী মরূ মশিং হস্থহনগদবনি।

মপুং ফাদ্রিবা শল অমোম অমস্থং লানগীদি অহানবা মুমিৎতা অহানবা পিজবদা মরূ ৭, অনিশুবদা ৫, নিনি-শুরকপগী অহানবা পিজবদা মরূ ৭, অনিরক শুরকপদা মরূ ৫, অমস্থং হুমনি শুবগী মুমিৎতা মরূ ৫ অমুকতং পিজগদবনি। অম্মুম্না অপিকপা শনাওগীনা অহানবা মুমিৎকী অহানববা পিজবদা মরূ ৭, অনিরক শুরকপদা মরূ ৪, অহুমলক শুরকপদা মরূ ৩, নিনি শুরকপদা মরূ অমতং অমুক্তং পিজগদবনি।

ইরোই অমস্থং শগোলগীনাঃ—অহানবা মুমিৎকী অহানবা পিজবদা মরূ ৩৫, অনিরক শুরকপদা মরূ ২৫, অহুমলক শুরকপদা মরূ ১৫, অম্মুম তৌনা মথক্তা হায়রিবা নিয়ম অম্মুম্না মুমিৎ হুমনি পিজগদবনি।

মৌগীনা ঃ—অহানবা মুমিৎতা মরূ ১২-৭-৫, অনিশুরকপা

মুমিংতা মরু ১০—৭, হুমনি গুরকপা মুমিংতা মরু ৫—২, অস্থুম্না পিজগদবনি। ঈশিং অঈংবা পিথকলোইদবনি, ঈশিং লুমলগা ইংহন্দুনা পিথক্কদবনি। মীগীদি শ। অমস্থুং ঙা চারোইদোবনি।

২। নাবা হৌরকপদগী মথী ফায়দতুনা মপুক অত্থু কল্লবদি, থুম কাঁচ্চা ৩ দগী ৬ ফাওবা নোংমদা ১২ য়ক পিজগদবনি। অকনবা জোলাপ পিজয়োইদোবনি। মরমদি মথী য়ামনা ফাইমল্লবদি শল অত্থু মশা থুনা শোৈহ্ন।

৩। শল লাইথোকপা হৌরকপদা কর্পূর ৵০ সিকি অহুমগী মরুমগা, শাবল মরিংখা (চিরতা) মকুপ সিকি মঙাগী মরুমগা শগোংহিদাক মরু কাঁচ্চা অমগী শরুক মরিগী শরুক অমা ($\frac{1}{4}$ কাঁচা) গা কালৈ (য়ু) ।৶ পোন্না মথাই অমগা তিনশিন্নতুনা মথী লাঙনা ফায়বা অত্থু জোকত্রিবা ফাওবা পুং ১২।১২ লৈন্ন লৈরগা পীথককদবনি।

৪। ঈ, লোক অমস্থুং মথী অপেংপা ফায়বা নোংমগী মমুংদা ফংত্রবদি মাত্থু থিংনবা খরিমাটি মকুপ ৵০ সিকি অহুমগী মরুমগা আফিং ।৵০ সিকি অনাগী মরুমগা শাবল মরিংখা মকুপ ১।০ সিকি মঙাগী মরুমগা, কালৈ (য়ু) ছটাক অমগা য়ানশিন্নরগা চবোন সের অমদা হাপতুনা পিথককদবনি।

চিঙ্গাক।

চেং অমস্থুং শগোল হরাই মুম্না ফুংতুনা চবোন নত্রগা চনাং

পীথকপা ফৈ। ঈশিং লুম্লগা ঈ.হন্দুনা পীথক্কদবনি। শজিক অক বা চক্লনচি বা পীজবা ফত্তে। শজিক অশ.বা পীজবস্নু য়াই।

শলগী লাই থোত্তু-নবা হিদ.ক।

শলগী লইথোকপা লাঈন. অসি তৌনরকপা উবগা মথাগী হিদাকাশ অসি পিজহৌরবদি লাই থোক্লোই।

১। শগোহিদাক পান্থীগী লেম্ফু ।০ শিকি নত্রগা ।৶০ শিকি অনাগী মরূম পীজরবদি কদৌঙেদস্নু শলগী লাই থোক্লোই।

২। কোম্প্রেক তুজোম্বিগী মরুগা (মৃগ) য়েল অমুবিগী মরূমগা তকথাইহুনা শজিক্কা পিজরবদি লাই থোকলোই।

শলগী লাইহৌ তৌবগী লক্ষন অমস্থং হিদাক।

লক্ষনঃ—লোক থুংবা, লোক থুবা, মথী ফায়দবা, মশা শাবা, লাইহৌ তৌবগী লক্ষন্নি।

লাঈয়েং।

১। মথী ইফায় ফায়দ্রবদি অহানবদা মথী ফায়নবা হিদাক থরা পীজরগা লাইহৌগী হিদাক পীজগদবনি। কালৈ (য়ু) ছটাক মথাই অমগা কর্পূর ৶০ সিকি অহুমগী মরূমগা, সোরা তোলা অমগা মাহুদি—য়ুদা কর্পূর য়ানশিন্নরগা মাহুদা থরিমচং য়ানশিন্দুনা ঈশিং থরগা য়ান্নহুনা পিথক্কদবনি।

২। চিনি (গুড়) ছটাক অমা মথাইগা, থুম তোলা অনি

মখাইগা, শাবল মরিংখা (চিরতা) মকুপ তোল। ২॥৹ অনি মখাইগা সোরা (ডুকান্দা ফংই) তোল। অমা মখাইগা ঈশি দা য়ানশিন্দুনা পীজগদবনি।

৩। শংগোহিদাক মরূগী মকুপ ছটাক মখাই, সোরা ৵১ সিকি অহুমগী মরূমগা, কপূর ৵৹ সিকি অহুমগী মরূমগা য়াম্নরগা চবোনগা পিজগদবনি।

লোক খুবা লাঙনাগী লক্ষন ১স্তুং হিদাক।

শলগী লাইহৌ তৌরগা অমস্তুং মহুগা লোইননা লোক খূরবদি মখাদা ইরিবা হিদাকশি. অসি মুমিৎ খুদিংগী অনিরক পীথক্কদবনি। চয়োল অমরূম পিজরগা লাইহৌ অমস্তুং লোক খূবা ফৈ।

হিদাক।

১। গোলমরিচ মকুপ তোলা মঙাগা শিংখা মকুপ তোলা মঙাগা থুম তোলা মঙাগা, পাখোন মরূ (যোয়ান, ডুকান্দা ফংই) তোলা মঙাগা পূন্না কূপ্না তকথাইরগা চবোন নত্রগা চাক্কা তোৎতুনা পাজগদবনি।

২। শলনা খাঁ খাঁ হায়দুনা লোক য়াম্না খূরবদি শিংখাংগগী মনা পৌরা অমগা নিংথৌখোংলি।৵৹ পৌরা মখায়গা পোৎ অনি অসি পীজ্জগদবান;

৩। শলগী মখৌ পোমলগা তীনশিবি পাম্বীগী মতোনগী মচৈ পৌরা অমগা সমক্রু ফেনা (ডুকান্দা ফংই) ছটাক অমগা

শগোহিদাক মন। পোৱা অমগা জায়ফল অনিগা পূন্না তক্লগা মৈদা শাহন্দুনা চরম উতোংদা তৈরবদি পোম্বস্থ হম্থগনি।

চিঞ্জাক:—তিংথৌ অশংবা, হরাইমতোন, চাকি চবোন্দা থুম হাপতুনা পীজবস্থ ফে।

শলগী মখৌ পোম্বা লাঈনাগী হিদাক।

লাঈনা অসি য়াম্না চিংনফম থোকপা লাঈনানি। শাশিংগী লাঈনাগী মনুংদা য়াম্না কিফম থোকই। লাঈনা অসিনা নাবগা থুনা হেনগৎলকই অমস্থং লোকনা খেবস্থ হেঞ্জিল্লকই। অদুগী মতুংদা স্বোর থিংদুনা থুনা শিগনি।

লক্ষন (মতৌ):—লায়ন। অসিনা নাবা শলগী মচিন্দগী মতিন তাদুনতা লৈ, মরক মরক্তা মমিত্তগী মপিস্থ তাই, করি করিগুম্বদা লোকস্থ খূই অমস্থং মমিৎ অদুগা মনাতোনগী অহোবা মমুং অদু খরা ভাঙই, মচিল য়াম্না নমথি, মনাতোন্দা মনপস্থ থোকই, করি করিগুম্বদা মরৈদা পাংথোকপস্থ য়াওই। শলগী মখৌরী মনুংদা ঘড় ঘড় লাওই, শক্তিক চাবা ঙমদে, মথী-ময়ুং থিংবস্থ য়াই, করি করিগুম্বা শলগীদি মথী ফায়বস্থ য়াওই।

লাঈয়েং:—শলগী নাতোল অমস্থং ময়াদগী মনপ-মতিন য়াম্না তারবদি, মখৌদা ঘড় ঘড় লাউনা খেরবদি, মঙক লুকথদুনতা লৈরবদি মথাগী "হিদাক্কী মৈথু য়ৈহনবা" অসি তৌবিগদবনি। "হিদাক্কী মৈথু য়ৈহনবা" অসি মখৌ পোম্বদগিস্থ

নত্তে। করিগুম্বা লাঈন অমদা শগন মরু লুকথহনতা লৈরবদি অমস্থু মনাতোন, মচিন্দা মনপ-মতিন লোককুম্বা তারবদি "হিদাক্কী মৈখু য়েহনবা" অসি তৌবিরবদি যাম্না কাল্লে।

হিদাক্কী মনিন-মৈখু য়েহনবা।

১। চকু অহনবা অমদা লশিং মরূনে, মাইরেন অথাবগী মবী অকংবনে হঙ্গাম মখোং অকংবনে, কোনা মনাগী মকা অকংবনে কুপনা থুদেকতুনা হাপচিল্লগ অনাবা শল অতুগী মচিনগী (মমাইগী) মথাদা লৈবগু শেম্লগা চফু অতু থাঙ্গৎতুনা মনুঙদগী হিদাকশি অতু চাকতুনা মৈখু কারকপা অতু অনাবা শল অতুগী মনাতোন ময় মমিৎনচিংবদ য়েহনগদবনি। মাসিদা শল অতুগী মনাতোন, ময়া, মমিৎনচিংবদগী ঈশিং তারক্কনি। অস্থুম তৌরগা শলগী মকোক লূম্বা অতু য়াংলক্কনি। চফুদা য়াওবিবা হিদাকশিং অতুকাহনা মৈ হৌরক্লবদি রাই হাপাচন্দুনা মূথৎকদবনি। অতুগী মতুংদা মথাদা ইরিবা হিদাকশিং অসি পাঙ্গগদবনি।

২। কন্তুক মকুপ তোলা অনি শিংখা মকুপ তোলা অনি, চবোল ৷।॰ সের মখাইদা য়ান্নহনা পীজগদবনি।

৩। নোংমদা ১২ নত্রগা ১৪ রক হুম্ন পোম্লিবা মফম অতু ঈশিং অশাবনা হীগা য়ৈরগা ফি অকংবনা নিংথিনা টার্পিন থাও তৈবিগদবনি। অতুগা উল নত্রগা শামতুগুম্বা অশাবা ফিনা য়োমহনা পুন্দুনা থম্বিগদবনি।

৪। স্বর খিংহ্নবা হোনবা য়াশিল্লক্লোইদোরবদি য়োৎ মতেক অমা মৈদা ভাগুহল্লগা পোম্লিবা মকম অহুদা ইঙ্কি অনিরোম লাপ্না লাপ্না মকম অহুম মরিদং নমহ্নবা দাগ লৈহল-লগা দাগাশং অহুদা টার্পিন থাও খরা খরা হাপ্লিগদবনি। লাঙ্গনা অসি নাবা শল অহুদি ঈশিং পীথকপগী মহুৎতা চফু চবোন পীথক্কদনি।

৫। চবোন /৮০ পৌরা অহুমদা শিংখা মকুপ ছটাক মখাই, গোলমরিচ মকুপ তোলা অমা, কালৈ সের মখাই অমা য়ানশিন্দুনা পীথক্লবদি য়াম্না কান্নে।

৬। শল নত্রগা ইরোইগী মগুক্তা হুই অশিবগী শরু মচেৎ অমা পুন্দুনা থম্বিরবদি শল ইরোইগী লাঙ্গনা অসি তৌবা ভম্লোই। অহুগা লাঙ্গনা অসি তৌরবস্থু হুইগী শরু অহু পুনশিনবিরবদি হিদাক তৌত্রবস্থু লাঙ্গনা অসি ফৈ।

মরৈ অমস্থং মখোঙ নাবা লাঙ্গনাগী লক্ষন অমস্থং হিদাক।

শলগী মরৈ অমস্থং মখোঙ নাবা হাইবা লাঙ্গনা অসি ওস্থোকনা অরাবা অমনি মাসি শলগী ময়াদা, মরৈদা, মখোঙদা নাই। মাসি তৌরবদি হৌরকপগা মশা শাগৎলকই। লাঙ্গনা অসি শল অমগী তৌরকপদা মথং মথং শল্লুপ অহুদা শন্দোরকই।

লক্ষনঃ—লাঙ্গনা অসিনা নাবা হৌরকপদা শল অহু কয়া

মপূক লামদে, খরা তনবগুম তৌই, অমস্তুং মরক মরক্তা মশা অদু নীকই, অদুগী মতুংদা লাইহৌ তৌরকই (শাগৎলি)। মচিন্দা মতিল চোই। ময়া মহুংদা, মরৈদা, মখোঙদা হুরাই মঙ্গল মক্ক মরুম চাওনা ফুরি থোকই। খোইদোক্লগি মবৈদা ফুরি অসি থোবকপা উই। মতুংদা মশাগী মফম অতৈদা থোরকই, মচিল অদু নাই ময়া উমশিন্দুনা লৈ। ফুরিগুম্বা অদু পোকখাইরক্লগা ফুরি অদু ভাঙনা উই। ফুরি পোথায়বা অদুদা মতম অয়াম্বদা তীল চপল্লি। শলগী মখোঙ খুজিল মরক্তা ফুরি অচৌবা জাৎ অসি থোকতুনা পোকখায়রক্লবা মতম অদুদা শল অদু চৎপা ঙমদে।

নিংথিনা লাঈয়েংবিহৌদ্রবদি শল ১০০ দা শল ৫ দগী ৫০ ফাওবা (শনবী অমস্তুং লাবা অচৌবা) অদুগা শল ১০০ দা ৫০ দগী ৮০ ফাওবা (শনাও) শিগল্লি।

লাঈয়েং

১। লাঈনা অসিনা নারে হায়বা খঙবগা শল অদু শঙ্গোন্দগী খরা লাপথোক্লা অরুবা অমস্তুং অকবা মফমদা পুথোকতুনা থম্বিগদবনি। মশা শাহুনা মতু চুংলবদি কর্পূর ৸০ সিকি অহুমগী মরুম সোরা তোঙ্গা অমা (ঢুকান্দা ফংই) কালৈ (য়ু) ছটাক অমা অমস্তুং ঈশিং /॥০ সের মখায়দা য়াম্নরগা পিথক্কদবনি।

২। ময়া মঙুংদা ফুরি পোকখায়রবদি ফিটকিরি সিকি মঙাগী মরুম ঈশিং অশাবা পোরা অমি মখাইদা হাপতুনা থুমিৎ

খুদিংগী অয়ুক্তা, মুমিৎ য়ুংবদা, অমসুং মুমিদাংৱাইদা মচিল মম্নুং চামথোকপিগদবনি ।

৩। মখোঙদা খুজিল মরক্তা পাৎলবদি ফিনাইল অমসুং ঈশিং খরগা য়াম্নথুনা নোংমদা অহুম্নক চাম্বিগদবনি । নিম মনা ফুৎতুনা চাম্বিরবসু ফে। মখোং নাবদা তীল (হল) চঙলবদি, আলকাতরা শরুক মরি টার্পিন থাও শরুক অমা য়াল্লগা হাপ্পিগদবনি । অহু নত্রগা ফেনাইল তোলা অমা, টর্পিন থাও তোলা মখাই অমা য়াল্লরগা হাপ্পিরবসু ফে।

৪। শলগী মরৈ য়াম্না নারবদি "চিতল মাছ" হায়বা ঙা অহুগী মকুগী উং নত্রগা খোংনাং বট পাম্বীগী উকুগী উং অহু লৌরগা অপাৎপা মফম অহুদা হাপ্পিরগা মচিল অহু পুনশিন্দুনা পুং অনিরোম থম্বিরগা অমুক লৌথোকপিব অম্নুম তৌনা মুমিৎ ৩'৪ নি তৌবিরবসু মরৈ মচিল নাবা ফে।

উং লৌবা মরৈ দিঃ—চফু অমদা চিতল মাছ কৌবা ঙাহুগী মকু অহু নত্রগা খোংনাং বটকি উকু অহু কুপ্না শুগাইথুনা হাপলগা চফু মচিল অহুদা কেগামগুম্বা মখুম অমা খুম্নগা লৈরঙদা মৈ থাগা উং অহু লৌগদবনি ।

চিঙ্গাক !

অনাবা শলবু অনৌবা তিংথৌ নত্রগা অখোৎপা শজিক পীজগদবনি । চবোন হুম্না হুম্না পীথক্কদবনি, চবোন্দা থুম খরা খরা হাপথুনা পীজবা ফৈ । অনাবা শলনা লেম্বা শজিক

অহু নাদবা শল অতৈদা পীজরোইদৌবনি, অমস্মুং মপুঙফানা নাবা ফত্রিবা ফাওবা শনবী অহুগী মখোম চাবা, অমস্মুং শনাওবুস্মু পীথক্লোইদৌবনি। শঙ্গোম অহু পীথকপদা শনাও অহুস্মু লাঈনা অসি শোয়দনা ভৌগনি।

তীলনা নাবা লাঈনাগী লক্ষন অমস্মুং হিদাক।

শলগী তিলনা নাবা লাঈনা অসী তৌরবদি থুনা লাঈ-য়েংবিহৌদ্রবদি থা খরনংগী মমুংদা শল অহু শিগল্লি।

লক্ষন ঃ—লাঈনা অসিনা নারবদি শল অহু মপুক চাও-থোক্লা উই, মশাগী মতু কেল্লি, মতু অহু ফোয়বদা য়াই, মরক মরক্তা লোক থুই, ময়াঙ অস্নুম অস্নুম কংশিল্লকই। খুৎনা মউন অহু শুপচিন্দুনা পায়রবদি মউনগী মখাদা বজ বজ হায়রগুমা মখোল অমা থোকই, অমস্মুং মউন অহুগী মচু অহুস্মু ওল্লকই উৎমানবা মচু ওইনা তৌরকই। লাঈনা অসি তৌরগা শল অহুগী মমিৎ ময়েং তাই, ঈশিং য়াম্না খৌরাংগল্লি, অমস্মুং মপুকস্মু লামগল্লি। মখদাংগী মখাদা পোম্বগুম তৌই, মথী পেৎনা পেৎনা ফায়, চাবদি চাই, তৌইগুম্বস্মুং নিঙথিনা তুম্বা (হজম) ঙমদে। লক্ষন অসি তৌরক্লবদি শল অহু মথী পেৎনা পেৎনা ফায়হুনা মতম খরগী মমুংদা শি।

লাঈয়েং ঃ—

১। চম্পা মনা খরা, হিদাকফু মহীগা নিঙথিনা ভক-থাইহুনা মুংগী তেঙ্গোৎ অমদা হিদাকফু মহী খরগা নোইখাইহুনা

মাঙ্গদা থুম হটাক অমমম য়ানশিন্নরগা চুমথোকতুনা পৌন্না অমগী অন্দাজমুক য়াম্না মিন্তিগী পীথক্কদবনি। অমুম তৌনা মুমিং ৩। ৪ নি নত্রগা চয়োল মমম পীথকপদা ভীল পুন্নমক শিগনি।

২। থুম তৌনা অমা হিন্নাকস ৶০ অনাগী মন্নমগা য়াম্নবগা লক্ মনাদা য়োমহনা নিংথিগী অথিরক পীথন্নবমু ভীল পুন্নমক শিগনি।

শলবু লমহুই নত্রগা হুই অঙাওবনা চিকপগী হিদাক।

হুই অঙাওবা নত্রগা লমহুইনা চীকপা নত্রগা থোৎলবদি মহাকি মহু অহু শল অমুম্না চংহৌই।

লক্ষনঃ—শল অহু ঈথিং থিংই মখিং মনা ইথক রকই, ঈশিং উরগা কিগলি অহুগা শি।

লাইচয়েং।

১। ঈশিং অশাম্বা /।০ পৌন্না অমদা কিটাকিরি তৌনা মনিগা মরাজমুমগী লেক্ মকুপ হটাক মথাই অমগা য়াম্নহনা পীথক্কদবনি। অমুম তৌরগা লমহুই নত্রগা হুই অঙাওবনা চীকপগী য়ু কৈ।

শলগী মচা পোকপা চিংনবগী হিদাক।

শল অমমুং ইয়োই হায়বসি থা অরা গর্ভ পুরগা মচা পোকই। মচা পোকপা মতম ভুইরগা নাওয়েক য়েন্নরগা

অমুক কুল্লি অমুক হৌগৎলি অসিনচিংবঃ মচা পোকপগী হৌনবি তৌহুনস্থ মচা অহু পোক্তহুনা শনবী অহু য়াম্না ৱারবদি মথাগী হিদাক অসি হেক পীজবদা মচা পোকথোরক্কনি।

হিদাক।

১। ঘোল পৌৱা অমা [শঙ্গোম খোংগাগী (অফম্বা) মতুম অহু ঈশিং খরগা হাপ্লগা য়াকাবী থাহুনা নৈখাইবগী মহী অহুবু ঘোল কৌই] মেক্রুক মকুপ ছটাঙ্ক অমা মখাইগা য়াম্ন-হুনা পীজরবদি য়াম্না থুনা মচা পোকথোরক্কনি।

শলগী নাওফম চিংনবগী হিদাক।

শল শনবীনা মচা পোক্লগা নাওফম চিংনরবদি মথাগী হিদাকশিং অসি তৌবিরগা থুনা তাগনি।

১। খোমদ্রোকপিগী পাম্বী অহু শুগাইরগা পীজরবস্থ নাওফম তাই।

২। কাঁজি মহি পৌৱা মখাই অমা (কাঁজি হায়বদি অঙনফৌগী চাক সের তরানিথোই মখাই ঈশিং সের ৬৪ দা তীঙহুনা মখুম খুমহুনা মুমিৎ ৭ নি থম্লগা চুমথোকতুনা শম্বা অহুবু বৈদ্য শাস্ত্রদা কাঁজি কৌই। মাসি ফংদ্রগা হাওগী থাজি হায়বহুস্থ য়াগনি) কালৈ (য়ু) পৌৱা মখাইগা য়াম্নহুনা পিথক্ল-বস্থ কৈ।

শলগী মমিৎ ঙৌদোং লৈবগী হিদাক।

১। নোংগ্রং পাম্বি অহুম্বা মচা অমা য়াম্লুরগা ঙৌদোং

থুংলিবা শন্ন অত্থগী মমৈ মৈরুংদগী মমিৎ অত্থ ফাওবা তম্নগা মমিৎ মপা চানা থুদেক্লগা ঈশিংদা তীওহনা থম্নগা মতম থরা লৈরগা নোংগ্রং অত্থ পুমহনা মকু হুবা মতম অত্থদা ভোদোং অত্থম্থ ফরকই।

২। শেম্বাং মথী অকংবা অত্থ য়াম্না কুপ্না তকথাইরগা উত্তোংগুম্বা অমদা হাপতুনা ভোদোং লৈবা মমিৎ অত্থদা কামশিনবিরবদি শনগী মমিৎ ভোদোং লৈবা ফৈ। নত্রগা থুম মহি থরা থরা মমিৎতা কামশিললবম্থ ফৈ।

মচা পোকপদা হকচাংগী ফীভম থরা কায়খিবগী হিদাক।

শনবীগী মচা পোকপা মতমদা হকচাংগী (প্রসবদ্বারা) ফীভম থরা কাইগ্রবদি মথাগী হিদাকশিং অসি তৌবিরগা থুনা ফগনি।

১। চনম ৪।৫ দং য়ুবী থাও ছটাক অমদা নিংথিনা থোংলগা শোকইবা মফম অত্থদা মুমিৎ ২।৩ নিদং নিত্তিগী অহুম্নক থোম্বিরবদি ফৈ।

মচা পোকপা মতুংদা লাইহৌ অমম্থং খোমদা তৌবগী হিদাক।

মচা পোকপা মতুংদা মশা নিক্লা নিক্লা লাইহৌগুম্বা তৌরবদি মাহুবু খোমদা (দুগ্ধজ্বর নত্রগা সুতিকারোগ) কৌই।

১। মসি তৌরবদি কালৈ (য়ু) পৌরা মথাই অমমম নিত্তিগী পিথক্লগা ফৈ।

মখোম য়াম্না থোকপা শনবীগী লক্ষন ঃ

লক্ষনঃ—মওক থবা পিকপা, মচা থবা পোকঈঅদা শিকলগা পানবঃ, মতুং নত্রগা মমাংগী মখোংনা থয়া চাওবা, মসিং থয়া লূম্বগুম তৌবা, মশাগী মতু থরা শাংমগুম তৌবা অমসুং মতু য়াম্না কুপ্পা, মশা চাওবা, মখোম পোকজিন থয়া তুমনা ডাবা, অসিগুম্বা শনবীনা থবা শিয়গা মচা পোকবসি মখোম য়াম্না থোকই।

মচা ওয়া নত্না ওইনা পোকপা, খোমজিন থুরা, মখোম পিকপা অসিগুম্বা শনবী, অতুগা য়েংবদা শল ল্যাবগুম্না উবা চাওবা, মাসিগুম্বা শনবীদি মখোম থোক্তে। চিঙ্গাক অমসুং শজিক নিংথিনা পীজরগা মথংগী পোকলকপা মচা অতুদা মখোম থয়া য়াম্না থোকপসু য়াওই।

শনবীগী মখোম য়াম্না থোকপা উপায়।

শজিক মত্রগা চানমম্বা চিঙ্গাক য়াম্না পীজরগা শনবীগী মখোম য়াম্না থোকই হায়বসি মী পুরমম্না থংনরিবমি, তৌইগুম্বসুং করম করম্বা পোংনা য়াম্না পীজবা হৌমগনে, শনবীনা [illegible] [illegible] য়াম্না শাম্বগে, [illegible] পোং য়াম্না পীজরগা শজোম য়াম্না থোকপগে হায়না কনাস্থু থংনদে। থাওমী, চক, [illegible] [illegible] [illegible] য়াম্না পীজলগা [illegible] য়াম্না থোকপা [illegible]। [illegible] [illegible] য়াম্না পীজরগা [illegible] য়াম্না থোকই।

হুমিং খূদিংগী অরেপপা মতম [illegible] [illegible] [illegible]

অমস্তুং শঙ্গোম্‌শুম্বা নিপা অহুত্‌না মীশক ওঙ্গ্‌না নিত্তিগী শুম্‌গা শঙ্গ মখোম থোকই। মীশক ওন্না ওন্না নত্রগা মতম নাইদনা শঙ্গোম শুম্বা, অহুগা শঙ্গোম শুম্বা মতমদা মকম অহুদা মীশক খংদবা অতোপ্পা মী, শল লাবা, শগোল, হুইনচিংবা লাক্লবস্থ শঙ্গোম থোক্কে।

চীঞ্জাক।

১। মচা পোকপা মতুংদা শক্ষ (থাপ্পায়) অমতং খোংহুম অমস্তুং চেংগা য়াম্না ফুৎতুনা পীজরবদি শঙ্গোম য়াম্না থোকই।

২। থম্মাগা, থোইদিং অমুবা ৵৷০ পৌরা অমগা নিতিগী চয়োল অমরুমদং পীজরবদি শঙ্গোম য়াম্না থোকই।

৩। মুমিৎ খুদিংগী কাছারি হরাই তীঙহনা পীজরবস্থ শঙ্গোম থোকই।

৪। প্যাখোন মহৈ মকুপ (যোয়ান) ছটাক মখাই অমগা চিনি (গুড়) ছটাক মখায়গা, বাগী বানা ঈশিংদা ফুৎলগা য়ানশিন্দুনা পীজরবদি শঙ্গোম য়াম্না থোকই।

৫। থুম ছটাক অমা, চিনি (গুড়) ৵৷০ অমা, উচিথি মকুপ তোলা অমা শগোল হরাই মকুপ সের মখাই অমগা, চবোন সের মখাইগা নত্রগা ঈশিং অশাবগা য়াম্নরগা মুমিৎ খুদিংগী য়াচঙবগী মতমদা পীজরবদি শঙ্গোম য়াম্না থোকই। মাসিগা লোয়ননা চবোনগা ঈশিং অশাবগা য়াম্না পীথকদবনি। অহুম তৌরবদি শঙ্গোম য়াম্না থোকনি। ঈশিং অইঙবদি কুপ্লৌঙেদস্থ পীথক্লোকপৌবনি। হায়রিবা চীঞ্জাকশিং অসি

নত্রগা শঙ্গীক পীজবস্থু চাং নাইনা অমম্বুং মতম নাইনা পীজগদবনি। নোংমনা খজিক্কুং পীজবা নোংমনা য়াম্না পীজবা নোংমনা নিতিগী পীজবগী মতমদগী পুঙ অনি হান্না পীজবা নোংমনা পুঙ অনি কোন্না পীজবা ফত্তে।

৬। মুমিৎ খুদিংগী মুমিৎ য়ুংবদা চানা হরাইগী ছতু পৌরা অমগা চিনি (গুড়) পৌরা মথাইগা ঈশিং সের অনিদা য়ান্দুনা পীজরবস্থু শঙ্গোম য়াম্না থোকই।

৭। ঙাক্তিনগী (রুহিত মৎসো) থাও অতু (ঙাতিন হায়বা ঙা অতুগী মথিবোঙ অতু কৈথেন্দা তুমশিংনা ঙা লেল্লগা তোঙান্নস্থু য়োম্নে) কবিগুম্বা মসলা, থুম্নচি বা য়াওদনা মৈদা ঙৌবগা শরুক অহুম থোক্না খায়দোক্লগা নিতিগী অয়ুক্না শরুক অমমম্লা অনৌবদা য়োম্লগ মুমিৎ হুমনি পীজগদবনি, অমস্থুং হিদাক অসি পীজবা মুমিৎ অহুদগী মুমিৎ ২১ নি ফাওবা নিতিগী মুমিৎ য়ুংবা মতমদা শনবী অতুবু তুরেন্দা নত্রগা পুং গুম্বদা পুথতুনা চাং নাইনা ইরুবিগদবনি।

হীদাক অসি মুমিৎ হুমনি অম্মনা পীজবদা শনবী অতু হান্নদগী মপুক লাম্বা য়াম্না হেনগনি। শনবীতুনা চানিংশিবা মথৈ শক্তিক অশংবা পীজগদবনি। তৌইগুম্বস্থু চন্না অকংব-নচিংবা অকংবা শক্তিক পীজদনা অণবা শক্তিক মহী লাওবা চিঞ্জাক পীজগদবনি। চেংহী, হরাই চাম্বগী মহী নত্রগা চবোন অমস্থু চেং পৌরা অমরুমগা শগোল হরাই পৌরা অমরুমগা নিঙথিনা ফুংলগা থুম ছটাক অমগা য়াম্নতুনা অয়ুক্না অমস্থু

য়াচঙবদা অমুক পীজগদবনি। মুমিৎ য়ুংবা অমসুং মুমদাংদা অমুক শজিক অশংবা পীজগদবনি। হায়রিবা মতম অসি নত্তুনা অতোপ্পা মতমদা কবিগুম্বা চানবা পীরেহইদোবনি।

অমুম তৌনা মুমিৎ হুমনি হিদাক পীজবা, মুমিৎ ২১ নি ইরুজবিগদবনি তৌইগুম্বসু' চানবা চোপ্পাকশিং অসিসু শঙ্গোম য়াম্না থোকত্রিবা ফাওবা নিয়ম অসি কায়দনা পীজগদবনি। হীদাক অসি পীজরবদি শনবী অতুগী মশাদা লৈবম্বা লাঈনা পুম্নমক কোকই. অমসুং শনবী অতুসু মপাঙ্গল কল্লি য়াম্না নোয় পেল্লি।

শলবু লিন্না চিকপা ফনবা হিদাক।

শলবু লিন্না চিকপ্রবদি করিগুম্বা হু চারুতুনা তৌবা খুদম অতুগুম্না তৌই। স্বর হোনবদা ঈংই, অমসুং মশাদা নানবদা মতু চুংই অতুগা মখোঙগী শি লিশিং অতুসু খরা পোমখৎলি।

লাঈয়েং—

১। ময়াং লেম্বুমগী মনা মহি /॥০ সের মথাই মরূমদং পীজববদি শলগী মশাগী হু অতু চমই। মীগীসু লিন্না চিরুগা হিদাক অসি য়াম্না কান্নে।

২। হৈনিংগী মকু তোলা ৪। ৫ দং পীজরবসু হু চমই।

৩ কোম্প্রেক তাওথ্রাগী (কলমীশাক) মরী অশাংবা অমনা লিন্না চীকখিবা শল অতুগী মচিন্দগী মমৈ মৈতোল ফাওবা শাংনা তম্লগা কোম্প্রেক মরী অতু পীজরবসু লিনগী হু অতু পুংচম চমই।

মখোম পোকখায়বা ফনবা হিদাক।

শনুবীগী মখোম পোকখায়দুনা নাবসি য়াম্মা নাগল্লি। পোকখায়দুনা নারিবা মখোম অদু শুম্বস্নু নাদুনা য়াদে শুম্নবস্নু পাৎথোকপা হেল্লি। শঙ্গোম ইশুম শুম্বিদ্রবস্নু খোমজিন ফুনজিল্লি চীকপা নারস্নু হেল্লকই মখোমদা পোমখৎলকই।

১। নির্তিগী অযুক্তা অমস্তুং য়াচঙবদা লুম্বু লুম্বু শাবা ঈশিনা হীগা য়েদুনা মুমিৎ ৩। ৪ নিদং মাখন নত্রগা শঙ্গোম অফম্বগী মুপান্র, ঘী তৈবিরবদি ফৈ।

২। খোমজিন্ অদু য়াম্না চাওনা পোকখায়দুনা য়াম্না পাৎথোক্লবদি নত্রগা নাই থোক্লবদি নিম মনা ফুৎলগা মদুগী অশ্বারা অদুনা নোংমদা ৪।৫ রক চাম্বিরগা ফিটকিরি ৵০ অনাগী মকম, ঘী ছটাক অমা থোইরু ১/২ (শরুক অনি থোকপগী অমা) ছটাক মখাই অমগা সফেদা (ডুকানদা ফংই) চংনিং ৬ কী মরুমগা য়াম্নদুনা শেম্বা মলম অদু তৈরবদি মখোম নাবা ফৈ।

মলম মশেমঃ—অহানবা ঘী অমস্তুং থোইরু অদু তোঙান তোঙানবা পাত্রদা শোদোকহল্লগা খুনশিল্লগদবনি, অদুদগী ফিটকিরি সফেদা অদু য়ানশিন্দুনা খোমগদবনি। হিদাক অসি ডুঙগী পাত্রগুম্বা থমগদবনি। পিথ লৈ, কোম্বিগী শেঙ্গেংগী পাত্রদা থম্বা ফত্তে।

শনবীগী মখোম লিন্না চীক্কনবা হীদাক।

১। জবাকুসুম অঙৌবগী মশা অমা অমস্তুং হৈ খাগোক্বী মশা অমগা পূন্না পুনশিল্লগা শলগী শঙ্গোনগী মায়কৈ মরিহুদা ফুমহুনা থঙ্বীরবদি শঙ্গোন অহুদা লিন চওলোই, শনবীগী শঙ্গোমস্তু থকপা ওল্লরোই। জবাকুসুম অঙৌবগী মরা অমস্তুং হৈখাগোক পাম্বীগী মরা লৌরগা অনি অহু পূন্না শঙ্গোনগী শঙ্জি মরিদা য়ান্দুনা থল্লবস্তু শঙ্গোন অহুদা লিন চংলোয়। হায়রিবা হিদাক অনি অসি মীনা লৈবা য়ুমদা তৌরবস্তু লিন চংবা ওম্মোয়।

২। কার্ব্বলিক এসিড লিক্লা অনি, য়ুবী থাও লিক্লা হাপ্তুনা য়ান্নরগা য়াচঙবদা শনবীগী মখোমদা তৈত্তুনা থঙ্বীরবদি লিন্না শঙ্গোম থকপা ওমদে।

শলগী লেংলাই ফনবা হীদাক।

শলগী লেংলাই থুঙবা হায়বসি মরেঙদা থুঙই। করিগুম্বা খজিক্কং হুদোক খোৎতোকপদগী হাক্কচরক্লগা শলনা উপাল রাপাল-নচিংবদা তকতুনা পাকথোরকই। করিগুম্বদস্তু ক্ষাকনা হনবদগীস্তু চাওথোরকই।

লাঙ্গয়েং--

১। ফিনাইল নত্রগা কেরোসিন থাও তৈবিরবস্তু লেংলাই ফৈ।

২। মুদ্রাশঙ্খ তোলা মখাই অমগা (হুকান্দা ফংই)

হিদাকমনা (ময়াংমনা—মতিহার) অয়াকপা মকুপ /০ ছটাক অমগা হঙ্গাম থাওদা নৈথাইরগা মুমিৎ ৫।৬ নিদং তৈবিরবস্থ লেংলাই ফৈ।

৩। হিদাকমনা (ময়াংমনা) অয়াকপা জাৎ অহু ঈশিংদা তীগুলগা মহী অহু মৈদা অমুক লোল্লগা খরা নগুশিল্লক্লবা মতমদা থাংথরগা হঙ্গাম থাও অশেংবগা য়াম্লহুনা তৈরবস্থ লেংলাই ফৈ।

মৈনা পোকপা ফনবা হিদাক।

১। শলগী মশাদা করিগুম্বা মফমদা মৈনা পোকখ্রবদি খুদক অহুমক্রুদা লফু পাম্বীগী অপুম্বা মরু (লেমফু) অহু তকতুনা থোম্বিরবদি মৈনা পোকপা অহুগী শাবা অহুস্থ ফৈ, পাংথোতুনা কুইনঃ লৈবস্থ তোরোই।

২। মৈন' হেক পোকপগা শুম্থ তীগুবগী মহীগা য়ুবী থাওগা চাংদম মাম্লনা য়াম্লরগা মোয়থাপ লুপতুনা মৈনা পোকপা মফমহুদা থোম্বীরগা ফী অমোনবনা পুন্দুনা থম্বীগদবনি শোকপা মফম অহু পুমফৎ ফৎত্রিবঃ ফাওবা অস্থুম্না থোম্বীগদবনি।

শলগী মচী তেকপা ফনবা হিদাক।

১। শলগী মচী তেক্লবদি লৈরগু মম্লুগুগী উং অহু ফীজেৎনা অতেকপা মফম অহু য়োমহুনা থম্লবস্থ ফৈ। অসি নত্রগা ফীজেৎতা আলকাতরা তৈহুনা পুনবীরবস্থ ফৈ।

শলবু করিগুম্বা থেং-খোৎপা চৈনাখোলগী হিদাক।

১। শলগী মশাদা করিগুম্বা থেং-খোৎতুনা চৈনাখোল য়াম্না ফংলবদি লুপা হিদাক্তা নিশাধর (নিশাদল) গা চাং মান্নবা য়াম্নরগা ঈশিংদা নৈথায়রগা চৈনাখোল লৈরিবা মফম অহুদা থোমহনা থম্লবদি য়াম্না থুনা ফৈ।

অফবা অমসুং ফত্তবা শনবীগী লক্ষন।

অফবা শনবীগী লক্ষনঃ—মরৈ অমসুং নাখোঙগী মচু ঙাঙবা, মকোক পীকলপ তৌবা মনাদি খরা পীল্লগা কাংলপ তৌবা, মপুক খরা পাকপা, খোমজিন খরা শাঙবা মচিন তুমলপ তৌবা, মমিৎ ঙাঙলপ তৌবা, ময়া ৬ নত্রগা ৯ পানবা, মতু কুপ্পা, শাংবা, অমসুং খুজ্জীল ঙাঙলৈনবা ইরং-লংবা, মপুক চোল্লপ তৌব, অহুগুম্বা শনবী অহু লৈরবদি য়ুম্বু অহুগী মঙ্গল ওই।

ফত্তবা শনবীগী লক্ষনঃ—গাধাগী মচু মানবা শনবী মশা চাঙবা, অমসুং ময়াঙ কংবা, ময়াগী মশীং ৪ নত্রগা ৭ নত্রগা ১০ পানবা, মচীল অমসুং মকোক শাংতক তৌবা, মনাতোল পাকপা, মচী চাওবা, অথকপা শনবীশিং অহুদি অফবা নত্তে।

করম করম্বা শনবীগী শঙ্গোম্না হকচাং ফবগে?

১। মশা নোয়বা, মপাঙ্গল কনবা, কোয়না চৎতুনা চাবা ঙম্বা, অমুবী নত্রগা অঙাঙবী মচুগী শনবীগী শঙ্গোম চারগা

হকচাংদা কায়ে। হন্নবী, মচা য়াম্মা নৌরিবা, নত্রগা মচা শীথ্রবা শনবীগী মখোম চাবা ফত্তে।

২। মপী অমস্থং মচাগী মচু মান্নবা অহুগুন্না শনবীগী মখাম চাবদি হকচাংদা কায়ে। মচা পোকপা মুমিৎ ১৫ নিগী মন্থংদা শঙ্গোম শুম্বা অমস্থং চাবা ফত্তে।

৩। মশা মন্নুঙ শেঙদবা অশোনবা শনবীগী মখোম চাবদি হকচাং ফত্তে। মশাদা গর্ভ লৈবা থা অহুম শুথ্রবা শনবীগী মখোম চাবা হৌনদে।

শলগী শঙ্গোল শানবা নিয়ম।

লম খরা অতোঙবা মফমদা শঙ্গোল শাবা হৌনৈ। লৈনবা য়ুমদগী য়াম্মা লাপথোক্কনা শঙ্গোল শাগদবনি। মুংশা অমস্থং মুংশিং নিঙথীনা ফংবা মফম অহুগা মনম নমথি হঙাই লৈতবা মফমদ। অরাং নত্রগা নোংপোক ওন্না শঙ্গোল শাগদবনি। শঙ্গোলদগী খুতুপ ১৫০ লাপ্পা শম্থী হুন্দোকদবনি। মুমিৎ খুদিঙগী সন্ধ্যাগী মতমদা শঙ্গোল্দা ধূপ, থাঙমৈ থাবিগদবনি। শঙ্গোল মন্নুঙদা লৈকুৎ কোঙ্গুৎ লৈহল্লোইদোবনি। শঙ্গোল ময়ায়না তোংতক তৌনা থম্বীগদবনি, মথী ময়ুঙ চেম্থনবা মরম শেম্বীগদবনি। কাপ্লেন অমস্থং নোংজু থাদা কাঙনা চীক্কনবা তৌবিগদবনি। অস্নুম তৌরবদি শলগী মশা ফনা লৈ।

শঙ্গোম ফুইনা থম্বা য়ানবা (ওসহন্দনবা) উপায়।

১। শঙ্গোমদা ঈশিং খজিক্কং য়ানশীল্লগা মৈদি কলহন্দনা

কাবক কাবক ঙৌহ্নুন। থম্নবদি পুঙ ২৪ ফাওবা শঙ্গোম্রে ওন্দে।

২। বোরাসিক এসিড (Boric Acid) ডাক্তর খানা নত্রশা। ডাক্তরগী হীদাক য়ে নবা হুকান্দা (কার্ম্বাসিদা) ফংগনি। কৌবা ডাক্তরগী হীদাক অমু য়াম্না কুপ্পা তকথাইরগা মকুপ খজিক্কে শঙ্গোমদা নৈথাইরগা থম্নবদি মুমিৎ নিনি হুমনি ফাওগা শঙ্গোম ফমদে, ফত্তবস্থু তৌদে অদুগা শঙ্গোমগী মগুন মহাওস্থু মাঙদ্রে।

শঙ্গোম ঈশি য়ানবা য়ান্দবা খঙনবা উপায়

শঙ্গোমদা ঈশিং য়াল্লবদি শঙ্গোমগী মগুন অমস্মুং অক্লপস্থু ময়েং তাই অদুগা শঙ্গোম অদু ঈলাঙ লাঙনস্থু উই। মথাদা ইরিবা অস্মুন্না য়েংলগা শঙ্গোম ঈশিং য়াল্লি য়ান্দবনি হায়বা খঙবা ঙমগনি।

১। শঙ্গোমদা য়েতুম অমা লুপশিল্লগা থাঙ্গৎপদা য়েতুম মচীন অদুদা শঙ্গোম খরা পক্রবদি শঙ্গোম অদু ঈশিং য়ান্দবনি হায়বা খঙই। অদুগা য়েতুম মচীন অদুদা শঙ্গোম করিমতা পকত্রবদি ঈশিং য়ানবা শঙ্গোমনি হায়বা খঙই।

২। লিক্লিগী গ্লাস অমদা শঙ্গোম খরা হৈরগা য়েংবদা গ্লাসগী অতোপ্পা নাকল অদু শঙ্গোম মরক্তা য়েঙবদা উত্রবা শঙ্গোমগী অঙৌবদু ওইনা উরবা অমস্মুং গ্লাসগী মনিঙদা শঙ্গোম কমজিনবগুমনা (তলানি) উত্রবা অদু ওইরবদি শঙ্গোম্রে

অত্থু অফবা ঈশিং য়ান্দবনি হায়না খণ্ডনগনি।

হৌজিক্তি ইংলণ্ডদগী খুৎলাই জাৎ অমা লাক্লে মাহুগী মমিংদি "ল্যাক্টোমিটার" (Lactometer) কৌই। মাহুনা ইলায় লায়না শঙ্গোম পরীক্ষা তৌবা য়াই।

শনবীগী শঙ্গোম শুম্মোইদোবা অমসুং ফত্তবা শঙ্গোম।

শঙ্গোম শুম্বা শনবীগী গর্ভ পুবা থা মণা শুরক্লবদি শঙ্গোম শুম্বা অমসুং শঙ্গোম অত্থু চাবা ফত্তে। মচা পোকপা নৌরিবা শনবীদি মুমিৎ তরানি ফাওবা মাংই, মুমিৎ তরানি অত্থু শঙ্গোম শুম্বা অমসুং শঙ্গোম অত্থু চাবা হৌনদে। মুমিৎ তরানি অত্থু শঙ্গোম পুম্নমক মচা'বু থকহনগদবনি। মশা ফত্তবা অশোনবা শনবীদি থা অমা ফাওবা শঙ্গোম শুমলোইদোবনি। ইণা, লাবন অমসুং পোইম্মু অত্থুগা পূর্ণিমা মুমিৎতা শঙ্গোম শুম্বা হৌনদে।

লাঈয়েংবা অমসুং হীদাকী চাংদম।

অহানবদা অনাবা মশক খণ্ডবা (রোগনির্ণয়) ওমদ্রবদি লাঈয়েংবদা ফফম থোক্কে। করি করি মরমদগী নত্রগা করম করম্বা লাঈওংনা শল অত্থু য়াম্না রারিবগে অমসু নারিবগে, লাঈওং অত্থুনা খরা কুইনা নারবাদি শল অত্থু শিবা য়াবা মাহুগুম্বগী লাঈয়েংনা হান্না য়েংবিগদবনি। মতম অমতদা

অনাবা মওং অনি অহুম তৌরকপা য়াই। মুন্না নিংথিনা খঙবা ঙমদ্রবদি মী অতৈ অতৈগা মুন্না তান্নহুনা হীদাক তৌবিগদবনি।

করিগুম্বা লাঈনা অমগী হীদাক শেম্বদা হীদাক মরম, পোৎশক অহুম মরি চঙই, তৌইগুম্বস্থং হীদাক মরম অমদি ফংদ্রবা অহু ওইরবদি অরৈবা হীদাক অহুনা শেমহুনা পীজগদবনি। হীদাক মরম মরিনা শেমগদবা হীদাক অহুদা মরম অনি অমা ফংবা, মরম অনি অমা ফংবা ঙমদ্রবস্থ অফংবা মরম অনি অহুনা শেমহুনা পিস্তরবস্থ অনাবা অহু খরা ফবা য়াই।

লাইরিক অসিদা ইরিবা হীদাক্কী চাংদম অসি বয়স মপুঙ ফারবা অমস্থং মপাঙ্গল কনবা শলশিংগীদমক্তি। শলগী বয়স অমস্থং মপাঙ্গল কনবা শোনবনচিংবা মুন্না য়েংলগা হীদাককী চাংদম শেমগদবনি। চহি য়ামদ্রিবা অমস্থং মপাঙ্গল শোম্বা শলগী হীদাক্কী চাংদম হুম্থনা শেমগদবনি। থা ৬ শুরবা শনাওদগী চহি অমা ফারবা শনাও ফাওবা ইরিবা হীদাকশিং অসিগী ১/৪ (শরুক মরিগী শরুক অমা) পীজগদবনি। চহি অমদগী চহি অহুম শুবা শল ফাওবনা ১/২ (শরুক অনিগী শরুক অমা) পীজগদবনি। অহুদগী অহেনবা শলশিং অহুগীদি মশা য়াম্না শোনবা নত্রবদি লাইরিক্তা ইরিবা হীদাক্তি চাংদম অসি পীজগদবনি। আফিং পীজবা তারবদি মুন্না খল্লগা খরা চোকশিন্না পীজগদবনি।

অনিশুবা পন্দুপ

ইরোইগী লাঙ্গয়েং।

ইরোই কন্নবা নিয়ম।

শামুক্তি মতম অয়াম্বা পুন্দুনা থম্মে ইরোইবুদি অতুগুম্বা পুন্দুনা থম্মোইদৌবনি। পুন্দুনা ওাক্তা থন্নবদি ইরোইদি নারকপা য়াই। ইরোই হায়বা জাৎ অসিনা ঈশিং য়াম্না পামই, ঈশিংদা লৈরগা মশা নাদে, অমস্তুং হরাওজে। নিংথৌ-খোংলি শরা খরা নিতিগী পীজরবদি ইরোইগী করিগুম্বা লাইনানা নারক্কনি হায়বগী চিন্নফম লৈতে। মাসিনা মখোয়গী মশা কল্লি অমস্তুং নোয়পেল্লি।

মপুক কংখৎপগী হীদাক।

খুদমঃ—অনাবা অসি তৌরক্লবদি ইরোই অতু মকোক চুম্না পুবা রাই, গোঁ গোঁ হায়বা শব্দ থোকই, স্বর হোনবদা রাই, মশা অতু খরা শুপচিনবগুম তৌই, মপুক ওইথংবগী মতুং থংবা শরুক অতু খরা কংখৎলি।

নাবগী মরমঃ—চাবগী নিয়ম কায়বদগী অনাবা অসি পোকই, মতম খরা খরা রাৎনা চারগা নোংজু থাগী অহানবা শরুক্তা চাংদম য়াম্না চারবদি লাইনা অসি পোকপা য়াই। মুংশিৎ ফত্তবদগী (কাবদগী) চাকথাওস্থু কঁংংলকপা য়াই। মখাদা মাতুগী লাইয়েং ইরি।

১। কদম মনাগী মহী ।/০ পৌরা অমগা খোমদ্রোকপাগী মহী ছটাক অমগা য়াম্নরুনা পাথক্লবদি ইরোই মথী, ময়ুং হান্দোকই. ফায়দোকই মরম অচুনা মপুক কংবা ফৈ।

২। আরিবা চিনি (গুড়) ।/০ পৌরা অমা, য়াইঙং অশঙবা ।৶০ পৌরা মখাইগা পীজরবসু ফৈ।

চীঙ্গাকঃ— মুমিৎ ৩। ৪ নি শঙ্কিক অনৌবা খরা খরা পীজগদবনি।

ইরোইগী মপুক থিনবগী হীদাক।

ইরোইগী মপুক নাবা নত্রগা থিল্লবদি ঙাইহাক লৈতনা ময়ুং হাল্লি, মথী নিংথিনা ফায়দে ; অচুগা করি করিগুম্বা ইরোইনা ময়ুং পু থিং থিংই। ৱাতুনা মথোঙ ঙিংথোকতুনা কুল্লি অমসুং কাওই ; হৌগৎপা ঙমশিল্লক্কে।

১। কদম মনাগী মহী ।/০ পৌরা অমগা, য়েনশিন মনা তোলা অমগা, চিনি (গুড়) অরিবা ছটাক অমগা য়াম্নরগা পীজরবদি ইরোইগী মপুক থিনবা ফৈ।

ইরোইগী ঈতোন ফান্নবগী হীদাক।

ইরোইগী মপুক নাবা লাঙ্গৈনা অসি থুনা ফহন্নবদি মমৈদা শল ইরোইগী ঈতোন ফায়গল্লি। ইরোই মচাগীদি লাঙ্গৈনা অসি য়াম্না তৌগল্লি। ইরোই মচানা শঙ্গোম য়াম্না থকমল্লগা লাঙ্গৈনা অসি তৌই।

লক্ষনঃ—লাঙ্গৈনা অসি তৌরবদি ইরোই অচু কুন্দুনা লৈ, হৌগৎপা ঙমশিল্লক্কে। মনম পোল্লি, মথী কান্নবা মতমদা

য়াম্না শই, মপুক নাই, মমিং কুংলি, নোংমা নোংমগী ময়াও কংশিল্লকই। নাবা হৌরকপদা মথাগী হীদাকশিং অসি তৌবিগদবনি।

হীদাক--

১। আযিং ৵০ চনি তরা নিথোই, খড়িমাটি মকুপ /৵০ পৌরা মথাই অমগা সফেদা ছটাক অমা (চুকাম্বা ফংই) অসি পুনশিল্লগা অহুম থোক্না য়েল্লগা মুমিৎ খুদিংগী অয়ুক্কা মুমিৎ যু বদা, য়াচঙবদা পীজগদবনি। মতুংগী মুমিৎতগী হৌনা মুমিৎ তরেৎনি ফাওবা নিতিগী অমুক অমুক্কুং পীজরগম্মু লাঈনা অসি ফৈ।

অসিগুম্বা লাঈনানা নাবগী তুদা ময়াং কংবা অমস্মুং শোল্লবদি মথাগী হীদাক অসি পীজগদবনি।

২। গোলমরিচ মকুপ ১॥০ তোলা অমা মথাই, পাখোম মরূ মকুপ তোলা, অমা মথাই, শিংখা মকুপ তোলা অমা মথাই, শাবল মরিখা মবুপ তোলা অমা মথাই, থুম তোলা অমা মথাই, চিনি (গুড়) /৵০ পৌরা মথাইগা, ময়াম অসি য়াম্না মুম্না তকখায়রগ লৃম্মু শাবা চবোম্দা হাপতুনা পীজগদবনি। চয়োল অমা অস্মুম্ন পীজরবদি মশা ফৈ।

চীঞ্জাক:--থাওথি নত্রগা চেংকুপ পীজরোইদোবনি, শঞ্জীক ভনৌবা ফৈ।

ইরোইগী খেং-খোংপা চৈনাখোলগী হীদাক।

ইরোইগী মশাদ, করিগুম্বা খে, খোংপনচিংবা চৈনাখোলগী অনাবা তৌরবদি:—

১। নিশাদল (নিশাধর চুকান্দা ফংই) ছটাক মথাই অমা, সোরা ছটাক মথাই অমা, টার্পিন থাও ছটাক অমগা য়াল্লহুনা নৈখায়রগা তৈবিগদবনি। চয়োল অমগী মল্লংদা ফগনি।

ইরোইগী লাইহৌ তৌবগী হীদাক।

ইরোইগী অরুম (লাইহৌ) হৌরবদি শক্তিক কয়া চানিঙদে, মরক মরকতা লোক খুই, লোক থুংবগুমস্ন তৌই।

১। কর্পূর তোলা অমগা সোরা (চুকান্দা ফংই) তোলা অনিগা কালৈ (য়ু) ছটাক অমগা ঈশিং অইংবা সের অমা মথাইদা য়ানশিল্লগা পীথক্কদবনি। কালৈগা কর্পূরগা য়াল্লরগা কোম্না সোরা য়ানগদবনি।

২। চিনি (গুড়) তোলা অনি, সোরা তোলা অনি থুম তোলা অহুম, শাবল মরিংখা মকুপ তোলা অহুমগা ঈশিং সের অমদা নৈখাইরগা পীজগদবনি।

চীঙ্গাকঃ—হরাই মতোন নত্রগা তিংথৌ অনৌবা পীজবা ফৈ। চনাং মহী লাঙনা পীজবা ফৈ। চনাং লৌবদি চেং সের অমদা ঈশিং সের তরুক হাপতুনা ফুৎলগা মাতু চুমথোক্লগা ইঙলবা কান্দা থুম থরগা চিনি ছটাক অনি য়ান্দুনা তংখাই অমা পীথক্লগা অরেম্বা তংখাই অদুনা পুঙ ৩।৪ লৈরগা পীজগদবনি।

ইরোইনা মথী ঈশিংগুম্বা ফায়বগী হীদাক।

ইরোইনা মথী ঈশিংগুম্না তোয়না তোয়না ফায়রবদি নাবা

হৌরকপদা মপুক থরা লামঙ, তৌইগুম্বশুং মপুক্তি নাবগুম তৌই। অমাবা অসিনা কুইরক্লবদি মথী ফাইবা মতমদা শংঙ, অমশুং মনম পোল্লকই। কঁরি করিগুম্বদা মথী ফায়বদা ঈম্ব য়াওরকই।

১। রাগী মনা পীজরবস্থ কায়ে। অতানবা হৌরকপদা লঁফোই চিনি-চাপাগা চেঙপাক মকুপকা তোৎতুনা পীজরবস্থ কৈ।

২। কালৈ (য়ু) ছটাক অমা, কবোখজী মকুপ তোলা অনি, শাবল মরিংখা মকুপ তোলা অমা, পাঙৌড মখোম তোলা অমা, আফিং ।০ সিকিগী মরূমগা চবোন্দা হাপতুনা নৈখায়রগা পীথক্লবস্থ কৈ।

৩। শিংথা মকুপ তোলা অমা, কালৈ ছটাক অমা, ঈশিং ⁄৷৷০ সের মথাই আফিং ।০ সিকিগী মরূমগা য়ান্নরগা চবোনগা য়াম্লতুনা পীথক্লবনি। মাসি য়াম্না থুনা কৈ।

অমাবা ফরগা মশা কন্ননবগীদমক মথাগী হীদাক অসি পীক্লপদবনি।

৪। শাবল মরিংখা তোলা অমা, থুম ছটাক অমা, পাখোম মরূ ছটাক অমা, শিংথা মকুপ ছটাক অমা, গোলমরিচ মকুপ ছটাক অমা, মকুপময়াম অসি য়ান্না মিংথিনা ঙক্কুনা চিনি (গুড়) ছটাক অমা হাপতুনা তোৎলগা লুম্বু শাবা চবোন্দা হাপতুনা পীথকদবনি।

ইরোইগী তীলনা নাবগী হীদাক।

তীলনা নায়বদি (তীল চেন্নবদি) ইরোই শিগল্লি। মাবা হৌরকপদা কোক্লবা তৌবিদ্রবদি ইরোই শি। লাঈনা অসি নায়বদি ইরোই অহু মপুক চাওই, মতু কেল্লি ফুকপা য়াই, ইরোই অহু লোক খুই, নোংমা নোংমগী শোন্থরকই, খুৎনা মউন মহু চপতুনা পাগৈরবদি উনশা মন্নুংদা বজ বজ হায়বা মখোনগুম্বা থোকই, মউন অহুম্ব উং মাল্লকই, মথী খরা তোয়না ফায়। চাবদি য়াম্মা চায় হায়ববু চাম্বিবা পোৎ অহু তুমদে। থুনা লাঈয়ে বিদ্রবদি ইরোই অহু শি।

১। থুম ছটাক অমগা চম্প্রা মনা ছটাক অমগা, হিদাকফু মহী /॥০ সের মথায়গা পিথকদবনি।

২। সৈন্ধব থুম তোলা অমা (চুকান্দা ফংই, ফংদ্রগা চুমগী থুমম্ব য়াগনি) হিরাকস্ মকুপ চংনিং ১৮ গী মরমগা য়াম্নরগা পিজগদবনি। হীদাক অসি চয়োল অমা পিজবদা কাম্নবা থগুই।

ইরোইনা লোক খুবগী হীদাক।

লক্ষন ঃ—ইরোইগী লোক খুবগী লাইনা তৌরবদি থক্ থক্ হায়তুনা মতম অয়াম্বা লোক খুই। মৌরি মন্নুংদা সাই সাই হাইবা মখোঙ্গ অমা থোকই, অহুশা ঘড় ঘড় লাওবগুম্ম তোই। মীগুম্মা কম্না কম্না লোক খুবা হৌরকই।

মরমদি ঃ—লোক য়াম্মা থুংলরা নত্রগা কম্নিগুম্বা মরম

অমদগী য়াম্না হেন্না ইংবা নংলবদি লোক খুবা লাইনা অসি পোকই।

লাইয়েং ঃ--

১। উচিথি মকুপ শরুক অমা, শিংখা শরুক অমা, সৈন্ধব থুমনে শরুক অহুম অসি পুন্না তকথায়রগা চংবানগ পিথক্কদবনি।

২। ঈশিং /৷৷০ সের মথাই অমা, চিনি অরিবা (গুড়) শরুক অম্না, গোলমরিচ মকুপ শরুক অমা, পোৎ অহুম অসি পুন্না ফুৎলগা পিথক্লবস্থ ফে।

৩। খৌরি অহ য়াম্না গড় গড় সাওরবদি মথাগী হীদাক অসি তৌবিগদবনি ঃ—কর্পূর তোলা অমা, জায়ফল মকুপ তোলা অমা, সৈন্ধব থুম তোলা অমা, হঙ্গাম থাউ /৵০ পৌন্না মথাইগা য়াম্নরগা মৈদা শাহনগদবনি। হিদাক অসি নোংমদা ৩/৪ রক মখৌরিদা তৌবিগদবনি অমস্থং মগুক্তা কম্বলগুমবা শামতুগী ফীনা য়েংশিন্দুনা থম্বিগদবনি।

চিঙ্গাক ঃ—অনৌ অনৌব শক্তিক পিজগদবনি।

ইরোইগা মখোম য়াম্না থোক্ব্রা উপায়।

মচা পোকপা মতুংদা ইংবাই অমোমগী মখোম রাৎনা থোক্লবদি মথাদা ইরিবা হীদাকশিং অসি তৌবিগদবনি।

১। পালগী (পানখোক) মকা পিজরবদি মখোম থন্না হুই ডমস্থং মচুস্থ হরদি ভুক্কৈনৈ হায়বদু শঙ্গোমদি য়াম্না থোকই।

২। নি থৌখোংলি নত্রগা নিমগী মনানচিংবা পিজরবদি

শঙ্গোম অহু মনম থরদি নমই হায়ববু শঙ্গোমদি য়ামনা থোকই।

৩। ওল অমসুং হোওঙু ফুৎতুনা পিজরবদি মখোমদি থরা লাওই হায়ববু শঙ্গোমদি য়াম্না থোকই।

৪ লক্কু থরো পিজরবসু শঙ্গোম য়াম্না থোকই। মচা পোকপা মতুংদা শঙ্গোম রাৎনা থোক্লবদি খোংহুম, শগোল্ল হরাই অসি পুন্না ফুৎতুনা পিজরবসু মখোম থোকই।

ইরোইবু থুম পিজবা য়াম্না কায়ে। শজিক চারকপদা ইরোইনা করিগুম্বা ফত্তবা হুগুমবা চারক্লবসু থুম পিজরবদি মাহুগী মহু অহু কোকই। থুম পিজরগা ইরোইগী মশা নোই পেল্লি। মরম অসিনা মুমিৎ খুদিংগী শজিককা লোইনমা থুম ছটাক অমরুম পিজগদবনি। ইরোইবু হঙ্গামগী নত্রগা কেগেগী থাওথি পিজবা ফত্তে।

ইরোইগী খোমজিন পোকখায়বগী হীদাক।

মখোম শুম্বদা নত্রগা মচানা মখোম থকপদা জুগোৎ চাদ্রগা নত্রগা শঙ্গোম ঙৌবদা মৈদা চেম্থরবসু খোমজিন পোকখায়। খোমজিন পোকথায়রবদি শঙ্গোম শুম্বদা রাই অমসুং পাৎথোকপসু হেল্লি, অহুগা শুমত্রবসু মখোম অহু (খোম্মি) পোমথৎলকই।

খোমজিন থর থর পোথায়রবদি ঈশিংনা নিংথিনা চাম-থোক্পিরগা মাথোন তৈবিরগা ফৈ। মাখোন ফংদ-ফংদ্রগা শঙ্গোম অফম্বগী মপাল অহু তৈবিরবসু ফৈ।

২। খোমজিন অহু য়াম্না পোকথায়হুনা পাৎথোক্লনা

ঈ নাই থোক্লবদি ক্লুমিৎ শুদিংগী মিম মম। কুৎলা। নোংকলা।
৩/৪ রক চাম্নিরগা মলম অসি তৈজবিগদবনি। মাচুদি ঃ –
থোইরু কাঁচ্চা অহুম, থী ছটাক অমা মথাই, সফেদ (শুক্লাকল।
কংই) চংনিং নিপালগী মরক্নফিটকিরি চংনিং ১৮ গী মরক্নগা।
মলম শেমগদবনি।

মলম মশেম ঃ –অগানবদা পাত্র অমদা থোইরু অতুগা।
পাত্র অমদা থী শোদোকহল্লগা অনিমক অহু পুনশিন্নরগা।
ফিটকিরি অমস্থ সফেদ। পোৎ অনিস্থ কুপ্না তকথাইরগা
হাপচিন্দুনা নৈখাইরগা মলম শেমগদবনি। মলম অসি কোরি,
পিথ্রাইনচিংবা পাত্রদা থম্ব কত্তে মিক্তিগী পাত্রদা থমগদবনি।
মলম অসি নিত্তিগী ৩ ৪ রক তৌবিরবদি ইরোইগী খোমজিন
নাবা য়াম্না থুনা ফৈ।

ইরোইগী থুনা শিগনবা লাইনা (পশ্চিমারোগ)

ইরোইগী য়াম্না থুনা শিগনবা (মড়ক) লাইনা অসি
মৈতৈলোনদা মমিং চানা থোম্নি ডাই লৈতে। মাসিবু বাংলা
দেশতা 'পশ্চিমা রোগ" হায়নৈ। মাসি শরুপ্পা অমগী না-
রক্লবদি অনাবা শগ অহু শরুপকা ক্লিনহল্লোইদোবনি, অহু
নক্লবদি শরুপ পুমনক্ক লাইনা অসি লোনবকপা ম্লাই।

লক্ষন ঃ—মপুক ওই থংবগী মমিং থংবা শরুক অহু য়াম্না
কংথংলি, মপুকস্থ থবা কংখৎলা উই, মর হোম্লোক হোক্লিবা
য়ান্না উই, মক্ক মুকথৈ মশা অহু চিংশিন ক্লাজিনবগুম লেপই,

গোঁ গোঁ হায়বা মখোল থোকই লেঙবা খোৎপা ঙমদে।
য়েংবদা হু চারকপগুম উই।

লাঙ্গৈয়েং।

১। কালৈ (য়ু) তোলা মখাই, শিংখা মকুপ ছটাক অমা মখাই, গোলমরিচ মকুপ তোলা অমা মখাই, পোৎ ময়াম অসি ঈশিং অশাবগা নিংথিনা য়াম্নরগা পীথক্লবদি য়াম্না ফৈ।

২। চিনি অরিবা (পুরাতন গুড়) তোলা ৭ কালানিমুক ছটাক অহুম, কস্তুক মকুপ তোলা অমা, শিংখা মকুপ তোলা অমা মখাই অসি ঈশিং অশাবদা হাপলগা ইঙহললগা পীথক্কদবনি।

অনাবা অহুনা অসুম চৈনগৎলক্লবা হায়বদি মখোঙ শেক্লা শেক্লা চৎপা, লেপপা ঙমদ্রবা, শঙ্গীক চাবা ঙমদবা, মথী ফায়দবা, মকোক লুকথহুনতা লৈবা অহু ওইরবদি, মথাগী হীদাক অমসুং তৈনবা হীদাক অসি তৌবিগদবনি।

৩। থরমি অমগা শনাখোংনাং পাম্বিগী উকু তোলা অনি মখাইগা, পটল মনা তোলা (কাক থবি মানবা ইনশাং চানবা) মঙা, লফু মন্ন (লেমফু) তোলা অনি মখাইগা পোৎ ময়াম অসি নিংথিনা তকথাইরগা চন্দোনদৌনা তৌরগা পীজগদবনি।

৪। রাইখু মথুনগী লৈপাক ছটাক অমা মখাই, শনথী ছটাক অমা মখাই, অঙ্গোৎ মনা ছটাক অমা মখাই, পোৎ ময়াম অসি নিংথিনা নোইথাইরগা ঈশিং থন্না হাপতুনা

ফুংকদমনি। লিংখিনা ফুংলগা শ্যারিঙেদা অলোকপা মখোম অদুদা তৈবিগদবনি।

৫। টার্পিন থাও /৵০ পোৎলম মখাইগা কর্পূর কাঁচ্চ অমগা য়্যাম্লদুনা তৌরিবসু ফৈ।

অন্যবা অদুনা অসুম হেল্লকপগুম তৌরবদি শলগী মখে পোমবগী হিদাক্তা য়াওরিবা মৈথু "মনিম য়ৈহনবগী হীদাক' অদু তৌথিন্নবসু য়াম্না ফৈ।

ইরোইবু হুই অঙাওবা নত্রগা লমহুইনা চীকপা, মৈনম শোকপা, মচী তেক্রপা, লিম্ম চীকপা, অমসুং চিক্লমবগী হীদাব লেংলাইগী হীদাক্রচিংবদি শামুকী ইরিবশিংদুগা মারৈ। মাংসি নত্তবা ইরোইগী ল্যাঙনা মচা মচা অকৈসু লৈরি, অদুবু লাই রিক য়াম্না চাওমনগ্রগদরা খঙদুনা মরু ওইবা লাঙনাগীদ হুজরে।

ইরোইগী অমসুং শামুকী হীদাক পিজবদা লিক্লিগী পাত্রদ হাপতুনা পিজরাইদৌবনি। হীদাক পিজবদা নিপা অনিম য়েং-ওই মাকম অনিদা লৈদুনা মখা কাকতোকলগা অতোপ্প নিপা অমনা হীদাক পিজমবা হোৎনগদবনি। মখা কাক্তো লগা লকু তুক অমা মখাদা নমশিন্নগা তুদা অদুদা হীদাক গ্রুভিন্দুনা পিথককদবনি।

ইরোইগী হীদাক পিজবগী চাংদমসু শলগী (শামুককী) চাংদম শেমবা অদুগুম্না চহি মতাংগী মতুং ইন্না শেমগদবনি। ইরম্মিবা হীদাককী মতুংদ। হীদাক মরম খরা ফংদবা য়াওরবসু অফংবা হীদাক অদুনা শেমদুনা পিজগদবনি। আফিং পিংজবা মতমদা খরা চোক্শিনগদবনি।

লোইরবা।

আয়ুর্ব্বেদগী কুইরকপা অমসুং শব্দোরকপা।

আয়ুর্ব্বেদনা পৃথিবীগী মনুংদা খ্বাইদগী কুইরবা লাইরেংবগী শাস্ত্রনি। মরমদি হিন্দু শাস্ত্রদা অয়ুর্ব্বেদবু "ঋগ্বেদস্যায়ুর্ব্বেদ উপবেদঃ" হায়বদি ঋগ্বেদগী উপবেদ আয়ুর্ব্বেদনি হায়রমই। ঋক্, যজু, সাম, অমসুং অথর্ব্ব বেদ অসি হিন্দু ধর্ম্মগী অহানবা লাইরিকনি (আদি গ্রন্থ) হায়রিবা বেদ মখল মরি অসিগী মনুংদা ঋগ্বেদনা খ্বাইদগী অথোইবনি।

বেদগী হৌরকপা মতম অসি লেপ্পনবগীদমক পাশ্চাত্য পণ্ডিতশিংমসু য়াম্না মৈনরে। কোলব্রুক (Colebrook) সাহেবনা যীশু খৃষ্ট পোকত্রিঙৈগী চহি ১৪০০ গী মমাংদনি হায়, জোনস (William Jones) সাহেবনা চহি ১৬০০ কী মমাংদনি হায়রমই, অদুগা অতোপ্পা কনা কনাগুম্বা পণ্ডিত-শিংগী মতমা চহি ২০০০ গী মতুংদা যীশু খৃষ্ট পোকই হায়রমি। ভারতবর্ষগী কাওরবা পণ্ডিতশিংনা যীশু খৃষ্ট পোকত্রিঙৈগী চহি ৪০০০ গী মমাংদগী বেদ মরি অসি লৈরকুবনি হায়রি।

বৈদিক যুগকী মতুংদা আয়ুর্ব্বেদনা মথং মথং চাওখৎলক্লসি অদুমনি; তোইগুবসু আয়ুর্ব্বেদগী হৌরকপদি প্রাক ঐতিহাসিক যুগকী অদুগা উবা (সত্যদ্রষ্টা) ঋষিশিংনা পোকলকপা মতমদ-গীনি হায়বদা ফরিসু চিংনবম লৈতে। ডাক্তর রয়ল (Dr. Royle) অমসুং ডাক্তর ওয়াইজ (Dr. wise) ডাক্তর

উইলসন (Dr. wilson) নচিংবনা পাশ্চাত্য পণ্ডিতশিংনা আয়ুর্বেদকু খন্নহনা পৃথিবীগী মন্নুংদা খ্বাইদগী হেন্না অরিবা লাঈয়েংবগী শাস্ত্রদি আয়ুর্বেদনি হায়বসি য়াখি অমস্যুং আধুনিক সভ্য পাশ্চাত্য জগৎ অসিদা লাঈয়েংবগী বিদ্যাগীদমক হিন্দু হায়বা জাৎ অসিগী মফমদা ঐখোয়না লমন তোল্লবানি হায়রমই মাহুদি "It is to the Hindus we owe the first System of Medicine" Dr. wise (Commentary on the Hindu System of medicine)

অহুগা হিপোক্রেটিস (Hippocrates) হায়বসি পাশ্চাত্য চিকিৎসা শাস্ত্রগী (Alopathic) মপানি (father of Medicine) হায়নরি। মহাক্না পোকপনা খৃঃ ৩৭০ ইং শুবদনি, শিবনা খৃঃ ৪৬০ শিঃ সিঃ দনি। অহুগা মাহাত্মা এস, সি, এফ হ্যানিম্যান (S. C. F. Hanneman) না হোমিও চিকিৎসা শাস্ত্রগী মপানি (Father of Homoepathy) হায়নরি। মাহাক্না পোকপনা খৃঃ ১৭৫৫ ইং, শিবনা খৃঃ ১৮৪৩ ইংদনি। তৌইশুবস্যুং ইতিহাস পাবদা খঙনরে মাহুদি হিপোক্রেটিস অমস্যুং মাহাত্মা হ্যানিম্যান পোকত্রিঙৈগী য়াম্না মমাঙদা থেলস (Thales), পাইথাগোরাস) (Pythagoras) অমস্যুং এরিষ্টটল (Aristotle) নচিংবা গ্রীক পণ্ডিতশিংনা দর্শন শাস্ত্র তম্নবগীদমক এসিরিয়া অমস্যুং বেবিলনিয়া (Asyria and Babylonia) প্রদেশতা অহুগা লাঈয়েংবা অমস্যুং বিজ্ঞান তম্নবগীদমক মিশরদা (Egypt) চৎলি।

অমুক মিশরগী পণ্ডিতশিংনা পুর্ব্বদেশতা (ভারত্তা) লৈবা কনাগুম্বা জাতিগী মফমদগী লাঈয়েংবগী বিদ্যা অসি তম্মকই হায়ত্না য়াখি। তৌইগুম্বস্থং অত্থক বুইরবা যুগ অত্থদা হিন্দু জাতি নত্তনা কনাগুম্বা জাতি অমত্তনা লাঈয়েংবগী শাস্ত্রগী মরমদা শন্দোক্লা লাইরিক ইরমই হায়বা প্রমান ফংদে। পাশ্চাত্য চিকিৎসা শাস্ত্রগী হৌরকফম অমস্থং শন্দোরকপগী মরমদা খল্লরকপদা ডাক্তর রাইজনা (Dr. wise) হায়খিঃ— "ভারতবর্ষগী কনাগুম্বা অঙকপা জাতিশিংগী মফমদগী অহানবদা মিশরগী পণ্ডিতশিংনা লাঈয়েংবগী বিদ্যা তমলকই। অত্থগী মতুংদা গ্রীককী পণ্ডিতশিংনা মাখোয়গী মফমদগী অমুক তমত্থনা নৈনবা হৌরকই। গ্রীক অমস্থং রোমানশিংদগী আরবীয়শিংনা ফংখি, অমস্থং বাগদাদকী শাসন কর্ত্তা কালিফশিংনা পাল্লিবৈদা ভারতবর্ষদগী অমুক লাঈয়েংবগী পোৎচং থিজিন্দুনা লাঈয়েংনবা শাস্ত্র য়াম্না হেনগৎখি"। মতম অসিদা আরবীয়-শিংনা ইউরোপকী অয়াম্বা মফম জয় তৌদ্বনা সারাসিন সাম্রাজ্যগী (Saracinic Empire) মপু ওইরবদা শাস্ত্র অসি স্পেন লৈবাক্তা অমস্থং অত্থগী মতুংদা ইউরোপ পুম্নমক্তা শন্দোকখি।

"The Greecian Philosophers are assisted by the Egyptian Sages who appear to have obtained much of their knowledge from some mysterious nations of the last. Egypt after

having had her institutions destroyed by the sword of the conqueror (i. e. Alexander the Great) became the seat of Greecian learning which was afterwards transfered to the last. Whereunder the fostering care of the Caliphs of Bagdad, medicine was cultivated with deligence and success. It received still further additions from the East and thus improved. It was conveyed by the Mohomedan conquerors into Spain. From thence it was communicated to the other parts of Europe".—Dr. wise, (Commentary on the Hindu System of Medicine)

অসিদা নত্তনা আমেরিকাগী ফাওরবা, হৈশিংলবা ডাক্তর জর্জ্জ ক্লার্ক, এম—এ, এম—ডি (Dr. George Clarke, M. A. M. D.) না ইরম্মী—"ঐনা ইংরেজীগী চরক পাহুনা লেপচরে, ভারতকী হৌজিক্কী মতমগী লাইয়েংবশিংনা আধুনিক্কী হীদাক (ইউরোপ লোমগী ডাক্তরগী হীদাক) তোকতুনা চরক্কী মত মতুং ইন্না লাইযেংলবদি পৃথিবীদা মতম চুপ্পা লাইনাগী মশীং অমস্থুং অশিবা হেন্দোকপগী থবক অসি য়াম্না ময়েং তাগনি হায়রম্মী।

কলিকতাগী ফাওরবা ডাক্তর চার্লস সাহেব (Dr.

charles) না মেডিকেল কলেজদা মুপীগী লাঈয়েং (ধাত্রী-বিদ্যা) গী মরমদা পাউতাক পীবগী অহৌবদা হায়রম্মী,—"হে ছাত্রশা! নখোইগী ঋষিশিংনা চহি লিশিং কয়াকয়াগী মমাংদা মপুঙফানা হৈরম্বা বিদ্যাশিং অছু ঙসি ঐনা-নখোইবু মপুঙ ফাদনা খজিক্কুং তম্বিবা লাকইবনি" হায়খি।

ডাঃ চোপরাগী "Indigenous Drugs of India" থোরকপদা ঐগী প্রবন্ধ অসি নিংশিংলকই।

ভারতকী ঋক বেদদা য়াংলি হায়বা উরীগী রারম ইরি। অথর্ব্ব বেদদা মথল অয়াম্বা হীদাক্কী রা ইরি। আয়ুর্ব্বেদ শাস্ত্রদা ভারতকী অনাবা লাঈয়েংবগী মরোল য়াম্না শুগাইনা লৈরি। চরক অমসুং শুশ্রুতনা ইরম্বা লাইরিক্তা হিন্দুস্থানগী লাঈয়েংবা হিরম শন্দোক্না ইরম্মী। পাশ্চাত্য পণ্ডিতশিংনা লাইরিকশিং অসি পাম্না হায়নরি,—চহি লিশিং অনিগী মমাংদা মেডিসিন অমসুং সার্জারিগী মরমদা ইরম্লিবশিং অছুদি অঙকপা অমসুং য়াম্না মমল য়ামথ্রবা লাঈয়েংনা থম্না ইরম্মী। শাস্ত্রগী লাঈয়েংদা মাখোয়না থ্বাইগী মথক থোংলম্মী। করি অমুক হায়গনি—সম্মোহীনী হায়বা মী পঙথহন্নবা হীদাক অছুসু মাখোয়না (আয়ুর্ব্বেদনা) পুথোক্লম্বনি।

আরবতা অমসুং গ্রীসতা আয়ুর্ব্বেদ লাইরিক অনুবাদ তৌখিবনা লৈবাকশিং অছুদসু লাঈয়েংবগী শাস্ত্র চাওখৎখি। কুরুক্ষেত্রগী লাণ্ডাও থোকখিবগী ফলনা ভারতকী বলবীর্য্য অমসুং বিদ্যা মাংহনখিবনি। মপানগী লৈবাকশিংদগী শক,

হুন, যবন্নচিংবা মপাঙ্গল কনবা জাতিশিং লাকতূনা ভারত্তা রাজত্ব তৌরে। লৈবাক্তা মখল অয়াম্বা অনাচার অমস্তুং অত্যাচার তৌরকই। অতুগা লোয়ননা মহৈ-মশিং অমস্তুং অফবা রাথল মাঙখি।

ফরাসি, ওলন্দাজ, পোর্টুগীজ অমস্তুং ইংরেজ তিন্নবা লাকতুনা ভারতকী মমাঙঙৈগী বিদ্যাগী খন্নবগী থোঙ হাদোক্লে। পৃথিবীগী লাঈয়েংবগী মরমদা শিজিন্নবদা য়াম্না থরাই য়াওবা পাশ্চাত্যগী হৈ-শিংবশিংনা ভারতকী অসিগুম্বা আয়ুর্ব্বেদগী লাইরিকাশং অসি পাবদগী অঙকপা ফংখি অমস্তুং ভারতীয়শিংবু সভ্যতাগী য়াম্না রাংবা থাক্তা থাঙ্গৎখি। মাসিদগী ভারতবাসিশংগী আত্ম সম্মানগী লৌশিং পোকখি। হিন্দুশিংনা মাখোয়গী অথূপ্পা লন থিবা ফংখি অমস্তুং পৃথিবী মাইগে মাইগেদা হৈশিংবা নিপাশিংনা চাওখৎনবা হোৎনখি।

পাশ্চাত্যগী লাঈয়েবশিংনা হৌথিবা চহি ২৫। ৩০ রোমদগী আয়ুর্ব্বেদদগী থোকপা নিংথিনা মশক খংবা অমস্তুং মগুন খংলবা হীদাক, মনা-মশিং কয়ামক্রমনা রসায়ন শেম্বদা কয়া কান্নরক্লে মাতুদি—তৈথাগোক (বেল) থারমলৈশোক (অশোক) পুনর্নবা (বৃন্দাম শাক) নচিংবা হীদাকশিংগী মগুন হাইরপ্পা অয়াম্বদা খংনরে। তৌইগুম্বস্তুং য়াম্না মুন্না নিঙথিনা য়েংলবদি রাৎলি, মাতুদি—হীদাকশিং অতুগী মন্নুংদা Active Principle (অথোইবা পাম্বীদগী লোবা অফবা হীদাক্কী পোৎচং) করম্বনা

জীবশিংগী হকচাংদা চঙহল্লগা করম্বা থবক তৌরকপা, মাতুঙ্গী চাংদম (মাত্রা) হেল্লগা নত্রগা ব্রাৎলগা করম তৌবা অসিনচিংবা মী অয়াম্বনা খঙবিনবগীদমক ঐতিহাসিক্কী শোয়দবা অবস্থাগী রারী খরদংগা ইজরি। মাতুদি—সার উইলিয়ম জোন্সনা অহানবদা ভারতকী উপাল রাপাল লোমদা হীদাক্কীদমক য়েংশিনখি। ১৮১০ সালদা জন ফ্লেসিংনা (Catalogue of Medicinal Plants), ১৮১৩ সালদা এন্সিলিনা (Materia Medica of Hindusthan), ১৮২০ সালদা ফ্লেরা ইণ্ডিকা রক্সবার্গনা ইখি। অতুদগী ওয়ালিশ, রয়েল অমস্তুং সোম্বেসিনা (Bengal Pharmacopoeia) ওয়ারিংনা ১৮৬৮ সালদা (Pharacopoeia of India) লেংই। মতম অসিদস্তু ভারতকী কনাগুম্বা ডাক্তরনা মায়গৈ অসোমদা নিংশিংলমদে। মহিদ্দিন সেরিফনা অহানবদা সপ্লিমেণ্ট অমা ইখি, ফার্ম্মাকোপিয়া অতুনি। ইউ, সি দত্তনা মেটেরিয়া মেডিকা সংস্কৃত-তগী অনুবাদ তৌখি। ওয়ার্ডেন অমস্তুং হুপারনা "ফার্ম্মাকোপিয়া ওফ ইণ্ডিয়া" হায়বা অচৌবা অমস্তুং মমল য়ামথ্রবা লাইরিক অতু লেংহুনা ১৮৮৫ সালদা ছাপা তৌখি। সার জর্জ ওরাটনা ১৮৯৫ সালদা "A Dictionary of Economic Products of India" কৌবা অচৌবা লাইরিক অতু লেংখি। ডাঃ কানাইলাল দে-না ১৮৯৬ সালদা "Indigenous Drugs of India" কৌবা লাইরিক পুথোকই। কৃত্তিকার অমস্তুং বস্তুগী "Indian

Medicinal Plants" হায়বা লাইরিক অতুনা লাইরিক লেংবা অযাম্বগী কান্নরি। লাইরিক অসিদা হীদাক্কী পাম্বীশিংগী ছবি য়াওবনা মশক খঙবদা য়াম্না খুদোং চাই।

মাসিনা খঙনরিববু বেদগী হৌরকফম্না ভারত্তা, অতুগা দর্শন অমস্তুং ইতিহাসকী অতুগা ভারতকী পাম্বীদগী থোকপা হীদাক, লৈনুংদগী থোকপা পোৎনচিংবগী থিবা-খোৎপা অমস্তুং মাতুগী মরমদা লাইরিক ইবনা মীরৈবাক্কী (ইউরোপকী) হৈশিংবনা ওইখ্রে। ভারতবাসী ঐখোয়না চহি লিশিং কযা তূম্লকপাদগী চহি ৪০। ৫০ রোম অসিদা খর-খর মিকপ থোক্লকদবগুম তৌনরক্লে। ডাঃ চোপরানা থবক অসিদা চহি য়াম্না মতম চঙনা হোৎনরকপদগী মী অয়াম্বনা মাবু ধন্যবাদ তৌনরি।

হন্দক্কী অনিশুবা পৃথিবীগী লাঞ্জাও থোকখিবা মতম অসিদা ভারতকী হীদাক্কী মনা-মশাংগী মরমদা খঙবা কান্নে হায়বা অসি মী পুম্নমক্না খঙনখ্রে, উনখ্রে। হন্দক্কী লাঞ্জাওদা পৃথিবীগী জাৎ পুম্নমক মুপী মুপা থাক্তনা য়াওখিবগুম তৌখি। এলোপ্যাথিক্কী লাঈয়েংবশিংনা মীরৈবাক্কী হীদাক ফংদবদা "কিং কর্ত্তব্য বিমুঢ়" (What to do ?) ওইখি। নোনা, পাশ তৌরকপা ডাক্তরশিংনা য়াম্না রানথি মরমদি— জর্ম্মনিগী হীদাক লাক্তবা, আমেরিকা অমস্তুং ইংলণ্ডগী হীদাক ফংখিদবনা।

অসিগুম্বা খুদোংচাদবা অসি মতু দম্থু থোক্লোই হায়নিংঙাই

লৈতে। মাসিগুম্বা খুদোং চাদবা অমসুং লায়রবা মণিপুরী জাতিনা নোংমা নোংমগী অনাবা মখল মখল থোরক্লবা মতম, মৈতৈগী খুৎলী-ফবা মাইবসু তাঙলক্লবা, অদুগা এলো-প্যাথিক্কী লাঈয়েং য়েংবদসু বিলাতি-হীদাক, পেটেণ্ট ফুড, সুরাবীর্য্য য়াওবা মমল য়াম্বা হীদাক্লা ডাক্তরগী লাঈয়েংবদা লুপা য়াম্মা চঙবনিনা ঙম্মদতুনা মুংশিজরবা মণিপুরী জাতিনা অনাবগী লাঈয়েংবা রাৎপনা মতম চাদনা পুনশি লোইবা, অমসুং অরাবা ফংবদা খঙ্গিক্কুং সহায় ওইবা ঙমগদ্রা খঙক্রবদগী করিসু খংজদ্রবা, পণ্ডলবা ঐনা আয়ুর্ব্বেদগী মত লৌতুনা "লাঈয়েং-লাইরিক" কৌবা লাইরিক মচা অমতং, হৌখিবা ১৯৪৬ ইংদা ১নবা সংস্করনদা লাইরিক ২০০০ দং ছাপা নমতুনা ফোঙজখি। চীং অমশুং তমগী মণিপুরী পুকচেল চাওবা ইচিল-ইনাওশিং খরনা মুংশিবিতুনা অমুক ২বা সংস্করন ছাপা নম্মনবা অদুগা মণিপুরী জাতিগী থরাই ওইরিবা শা-শলগী লাঈয়েংবদা খুদোং চাদ্রতুনা রানরিবা অসি খর কোক্লনবা শাগী লাঈয়েং (পশুচিকিৎসা) গী লাইরিক অমগা আয়ুর্ব্বেদগী মতুংইন্না ফোঙনবা তাকপিরকপা মতুংইন্না ঐনা হন্দক "শাগী লাঈয়েং লাইরিক" কৌবা লাইরিক মচা অসি ফোঙজরি। শগোলনচিংবা অতোপ্পা শাশিংগী লাঈয়েং য়াওনা ইরবদি লাইরিক য়াম্মা চাওমল্লগনি খঙ্গতুনা, ঐখোয়গী হিংনবগী থবক্তা মরুওইনা চংলিবা শল-ইরোইতগী ওইনা ফোঙজরে। অতোপ্পা শাশিংগীদমক্তদি লাইরিক অসিগী অনিশুবা শরুক্তা ফোঙজগনি। ইতি—

শ্রীওক্রেম ইবোমচাসিংহ,
কবিরাজ (আয়ুর্ব্বেদ) এম-বি (হোমিও)
নম্বোল।

অরানবা চুমথোকপা

	অরানবা	অচুম্বা
লামায় ২৯ গী পরেং ৫ দা—	হিবাকস ——	হিরাকস
" ৩৭ " " ৯ "	য়ুবিথাও লিক্লা —	য়ুবিথাও লিক্লা ১০

ফোঙগদোরে—

১। অঙাং য়োকপা

২। পুনশিরোল

৩। যুগকী পোইরৈ

লাইরিক ফংফম :—

মণিপুরগী লাইরিক য়োনফম খুন্দিংমক্তা।

Printed at—The Gandhi Memorial Press, Sadar Bazar
IMPHAL.